

विषय सूची



१. दुःख और विपत्ति से पाठ ...	पृष्ठ १-८
२. दुनिया मानसिक अवस्थाओं की परिच्छाई है	” ९-११
३. अप्रिय अवस्थाओं से निकलने का मार्ग ..	” १८-
३. मन की गुप्त शक्ति । मानुषी शक्ति को वश में रखना और सन्मार्ग पर लगाना..	” ३८-
५. स्वास्थ्य, सफलता और शक्ति प्राप्त करने का रहस्य	” ५१-
६. सच्चे सुख का साधन ..	” ६७-
७. सुख का अनुभव और उसकी प्राप्ति ..	” ७७-



सुख की प्राप्ति का मार्ग

१. दुःख और विपत्ति से पाठ ।



ख. शोक और अज्ञानि जीवन के साथ लगे हुए हैं। दुनिया में ऐसा कोई भी पशु नहीं है, जिसके हृदय में कभी दुःख का कांटा न चुभा हो, जिसने कभी आपत्ति के गहरे समुद्र में गाँदे न लगाए हो और जिसने कभी अमला दुःख के लगे अंगु न बहाए हो। कोई ऐसा घर नहीं जिसमें रात को सुर्पा भयंकर जघुआँ ने प्रवेग न किया हो और एक दिन उसने हृदय में पृथक करके दुःख और शोक का बटा फैला दी हो। संसार में जितने प्राणी हैं थोड़े बहुत सभी लीन न किमी दुःख में अस्मित हैं। किसी को कोई दुःख है, किसी का कोई दुःख है। गुण नानक ने सच कहा है —

नानक दुखिया सब संसार, सो सुखिया जिस नाम अघार ।”

या पुन्य बन जाऊ । स्त्री पुन्य बचान के सुख को स्मरण करते है । निर्धन मनुष्य अपनी निर्धनता बन्धन ने जकटा हुआ है और धनवान मनुष्य को सदैव इन बात का भय लगा रहता है कि कहीं मैं दीनता के जंगल में न फँस जाऊँ अथवा वह किसी काल्पनिक सुख को उन्ना करना हुआ तसार मे मारा मारा फिरता है । कभी कभी आत्मा को यह अनुभव होने लगता है कि अमुक धर्म का ग्रहण करने, अमुक सिद्धांत का स्वीकार करने अथवा अमुक आदर्श को हृदय में स्थापित करने से उसे अज्ञय सुख और जाति का प्राप्ति हो गई है, परन्तु पाँछे किसी गरी लोभ या लालच के बर्जाभूत आत्मा को वही धर्म असत्य और अपूर्ण प्रतीत होने लगता है, वही सिद्धांत निरर्थक ज्ञान होता है और वही आदर्श जिस की काल्पनिक रति की वह वषों से भक्ति और उपासना कर रहा है, जग भग में खराड रहा कर उसके पैरों में गिर पडता है ।

व अब प्रश्न यह है कि इस दुख और जोक से मुक्ति का प्राप्ति के लिए क्या कोई भी उपाय नहीं है ? क्या कोई भी ऐसे साधन नहीं है कि जिससे आपत्ति के बन्धन को काट सकें ? क्या अज्ञय सुख और जाति का विचार करना भी अज्ञानता है ? नहीं, ऐसा नहीं है । एक उपाय है कि जिससे सदैव के लिए दुःख और जोक का ज्ञान का ज्ञान मुक्त किया जा सकता है । निर्धनता का नाश हो सकता है और ऐसे अज्ञय और सुख का प्राप्ति हो सकता है कि फिर कभी निर्धनता और अज्ञय का भय नहीं रह सकता । वह उपाय यह है कि पहने और आपत्ति का नाश और ज्ञान प्राप्त किया जाय और अज्ञय का पना लगाया जाय ।

सुख की प्राप्ति का मार्ग।

दुःख को भुलाना या उस से वेसुध होना ठीक नहीं है। आवश्यकता यह है कि उसको अच्छी तरह से समझा जाए। प्रायः देखा जाता है कि बहुधा मनुष्य आपत्ति के आने पर ईश्वराराधन किया करते हैं कि जिससे उनका क्लेश दूर हो जाए, परन्तु यह काफी नहीं है। आवश्यकता यह है कि वे इस बात को मालूम करें कि उनके ऊपर क्या विपत्ति आई और उससे उनको क्या शिक्षा ग्रहण करनी चाहिये जिन बन्धनों में तुम जकड़े हुए हो, उन पर क्रोध करना अथवा चिड़-चिड़ाना व्यर्थ है। तुम्हें उचित यह है कि तुम इस बात का पता लगाओ कि तुम क्यों और किस भाँति विपत्ति-जाल में आ पड़े। अतएव पाठको, तुम अपने को दुनिया के इस गोरखधन्धे से निकाल कर अपनी हालत को अच्छी तरह से सोचो और समझो।

अब तुम्हें अनुभव रूपी स्कूल में लडके की भाँति नहीं रहना चाहिये, किंतु धैर्य और नम्रता के साथ उन पाठों को सीखना चाहिये जो तुम्हारे हित के लिये और तुम्हें उच्च और उन्नत अवस्था पर पहुँचाने के लिए दिये जाते हैं, कारण कि विचार करने से मालूम हुआ है कि दुःख या आपत्ति इस संसार में कोई अनन्त या अपरिमित शक्ति नहीं है, किंतु मानुषी अनुभव की एक क्षणिक अवस्था है और इस कारण से जो लोग सीखना चाहते हैं उनके लिए यह गुरु या शिक्षक के तुर है। संसार में दुःख या आपत्ति तुम से कोई पृथक् वस्तु नहीं है किंतु तुम्हारे हृदय का एक अनुभव है और जब तुम धैर्य साथ अपने हृदय की अच्छी तरह से परीक्षा करोगे और उस मार्ग पर लगाओगे, तो तुम्हें धीरे धीरे इस बात का पता ल

जाणना कि विपत्ति क्यों आई और कैसे आई और तुम उसका अवश्य जड़ मत से नाश कर सकोगे।

प्रत्येक दुःख और विपत्ति का इलाज किया जा सकता है और वह इर हा सकती है, इस लिए वह नष्ट कहीं नहीं रहने पाती। दुःख की जड़ अज्ञानता है, अर्थात् संसार के पदार्थों को और उनके सम्बंध का भली भाँति न समझना ही मुख्यता है। जब तक हम में इस प्रकार की अज्ञानता रहती है, तब तक हम विपत्ति के दाम्न बने रहते हैं। दुनिया में जितना दुःख और ह्येज होता है सब अज्ञानता के कारण होता है। यदि मनुष्य दुःख और विपत्ति से शिक्षा ग्रहण करे तो कुछ ज्ञान प्राप्त हो सकता है और विपत्ति भी स्वयमेव इर हा रुकती है, परंतु प्रायः लोग विपत्ति से शिक्षा ग्रहण नहीं करते, इसी लिए विपत्ति उनका पीड़ा नहीं छोड़ती और वे उत्तम अरिभन रहते हैं। हमें एक वंश का हाल मालूम है कि रात्रि के समय जब उसकी माँ उसे साने के लिए ले जाती थी, तो वह चिराग (दीपक) के साथ खेलने के लिए बड़ा रोना और चिल्लाना था। एक रात्रि का जब उसकी माँ थोड़ी देर के लिए उसे अकेला छोड़ कर बाहर चली गई, तो उसने अज्ञानता के कारण दीपक की लौ को पकड़ लिया। परिणाम वही हुआ जो होना था, अर्थात् उसका हाथ जल गया, परंतु उस दिन से फिर कभी वंश ने दीपक से खेलने की इच्छा नहीं की। उसने अपनी ही अज्ञानता से आघात-पोलन का पाठ सीख लिया और उसे यह भी ज्ञान हो गया कि आग का गुण जलाने का है। इसी एक घटना से संपर्ण दुःख और विपत्तियों का गुण, स्वभाव ज्ञान और अंतिम परिणाम मालूम हो जाता है। जिस प्रकार वंश ने अग्नि के गुण की अन-

सुख को प्राप्ति का मार्ग ।

मिन्नता के कारण दुःख उठाया, उर्मा प्रकार बड़ी अवस्थावाले घञ्चे इस कारण से दुःख उठाते हैं कि जिन वस्तुओं के लिये वे रोते हैं और जिनका लेने का वे उधाग करते हैं, उनके गुण और स्वभाव से वे अपरिचित हैं और इसी लिए जब वे वस्तुएँ उन्हें मिल जाती हैं, तो हानि उठाते हैं । अन्तर केवल इतना है कि बड़ी अवस्था के वञ्चों में दुःख और अज्ञानता बहुत जड़ पकड लेती है और झिपी रहती है ।

दुःख को सदैव अंधकार से और सुख की प्रकाश से समानता की जाती है और इस समानता में गुप्त रहस्य है । असल बात यह है कि जिस प्रकार प्रकाश संपूर्ण जगत में फैल जाता है और अन्धकार एक छोटासा बिंदु है या किसी छोटसे पदार्थ की परिच्छाई है कि जो अनंत प्रकाश की कुछ किरणों का रोक देता है, उसी प्रकार उत्कृष्ट सुख का प्रकाश एक निश्चित और जीवनप्रद शक्ति है जो चिराट संसार में पाल जाती है और दुःख अपनी ही तुच्छ परिच्छाई है जो प्रकाश की किरणों को भीतर प्रवेग नही करने देती । जब रात्रि हाती है, संपूर्ण संसार अन्धकारमय होजाता है । चाहे अन्धकार कितना ही गहरा क्यों न हो परंतु वह पृथ्वी के एक थोड़े से अंश का ही ढकता है । शेष सर्वत्र प्रकाश ही प्रकाश रहता है और यह भी सबको ज्ञात रहता है कि प्रातःकाल प्रकाश हो जायगा । अतएव पाठकगण स्मरण रखो कि जब दुःख, शोक और विपत्ति की अत्रियार रात्रि तुम्हारी आत्मा का ढक लेनी हैं और तुम उनके मादे अनिश्चित मार्ग में ठोकरें खाते फिरते हो, तब तुम अपनी ही निर्जड्ज्ञाओं को अपने और हर्ष और आनन्द के अपरिमित प्रकाश

के बीच में डालते हो और वह काली परिच्छाई जो तुम्हें ढक लेती है, वह तुम्हारी ही परिच्छाई है अन्य किसी की नहीं है। जिस प्रकार बाह्य अन्धकार कोई वास्तविक पदार्थ नहीं है, न वह कहीं से आता है और न कहीं का जाता है और न उसका कोई स्थाई स्थान है, उसी प्रकार आन्तरिक अन्धकार कोई वास्तविक पदार्थ नहीं है। स्वयं प्रकाशमान अत्मा पर से वह योंही गुजर जाता है।

संभव है कि कुछ मनुष्य यह कह उठें कि फिर तुम विपत्ति की अंधियारी में से गुजरते ही क्या हा ? इसका उत्तर यह है कि अज्ञानता के कारण तुमने स्वयं ऐसा करना पसंद किया है और ऐसा करने से तुम्हें सुख और दुःख दोनों का अच्छी तरह से ज्ञान हा जायगा और दुःख में पड़ने के कारण फिर तुम सुख को अधिक पसंद करने लगोगे। दुःख अज्ञानता के कारण होना है, इसलिए जब तुम उसको अच्छी तरह से सीख और समझ लगे, तब अज्ञानता स्वयमेव दूर हो जायगी और ज्ञान का प्रकाश उसके स्थान में हा जायगा। परन्तु जिस प्रकार एक हठी और अवज्ञकारी विद्यार्थी अपने स्कूल के पाठ का ध्यान नहीं करता है, उसी प्रकार यह भी सम्भव है कि तुम अनुभव से शिक्षा ग्रहण न करा और सदैव अन्धकार में पड़े रहा और रोग, ज्वर और निराशा के रूप में निरंतर दगाड भोगते रहो। अनपेक्षित ज्ञान प्राप्त करना चाहते हैं उन्हें इचित है कि वे पाठ सीखने शिक्षा ग्रहण करने के लिए सदैव तैयार रहें और उस गति का अनुसरण करें जिसमें ज्ञान, सुख और शान्ति की प्राप्ति हा।

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

जिस तरह कोई आदमी अपने को किसी अंधेरी कोठरी में बंद कर ले और यह कहने लगे कि रोगनी है ही नहीं, उसी तरह सम्भव है कि तुम सच्चाई की रोगनी को अपने भीतर आने ही न दो। परंतु इस के विपरीत जिस प्रकार अंधेरी कोठरी में बंद हुआ मनुष्य भी बाहर की रोगनी से इन्कार नहीं करता, उसी प्रकार संभव है कि तुमने जो अपने आस पास मोह, माया, स्वार्थ, अज्ञान और पक्षपात की दीवार बना रखी है, उसे तुम ढाना शुरू कर दो और ज्ञान के सर्वव्यापी प्रकाश को भीतर आने दो।

अपने आत्मानुभव से इस बात के समझने की कोशिश करो और उसको केवल काल्पनिक न समझ कर वास्तविक समझो कि विपत्ति थोड़े दिनों के लिए आती है और वह तुम्हारी ही पैदा की हुई है, तथा तुम पर जितने दुःख और कष्ट आये हैं, वे सब एक अदृश और विश्वव्यापी नियम के अनुसार आए हैं। तुम उनके योग्य हो और तुम्हें उनकी आवश्यकता है, कारण कि उनके सहन करने से और उनको अर्द्धा तरह समझ लेने से तुम अधिक बलवान, ज्ञानी और सभ्य बन जाओगे। जब तुम्हें भली भाँति ज्ञान हो जायगा, तब तुम स्वयं अपनी दशा को सुधार सकते हो, दुःखों को सुखा में परिणत कर सकते हो और अपने जीवन के लिए आवश्यक सामग्री संग्रह कर सकते हो।

२. दुनिया मानसिक अवस्थाओं का परिच्छांङ है ।



सं तुम हो, जैसे ही तुम्हारी दुनिया है, तुम दुनिया की प्रत्येक वस्तु का अपने ही आभ्यन्तरिक अनुभव के अनुसार समझते हो। वाद्य में चाहे कुछ भी हो, उसकी कौट परवा नहीं, कारण कि जो कुछ भी वाद्य में है, वह सब तुम्हारे आंतरिक ज्ञान की अवस्था का प्रतिरूप है। तुम्हारी आंतरिक अवस्था पर ही सब कुछ निर्भर है, कारण कि जो कुछ अंतरंग में होता है, वही वाद्य में शीशे की भांति झलकने लगता है।

जो कुछ तुम्हें निश्चित रूप में ज्ञान है वह सब तुम्हारा जातीय अनुभव है और जो कुछ भी तुम्हें भविष्य में ज्ञान होगा वह तुम्हारे अनुभव में श्रापणा और तुम्हारा एक भाग बन जाएगा।

तुम्हारे ही विचार, तुम्हारी उच्छ्राण और उच्च आकांक्षा तुम्हारी दुनिया है और जो कुछ उस दुनिया में दर्शन आनन्द और मुन्दरता अथवा दुःख, शोक और गरुपता देखते हो, वह सब तुम्हारे ही मनोगत विचारों का परिणाम है। तुम अपने ही विचारों से अपने जीवन और जगत् को बनाते और विगाढ़ते

सुख की प्राप्ति का माग।

हो। जैसे तुम्हारे मन में विचार होंगे, वैसा ही तुम्हारा जीव होगा और वैसी ही तुम्हारी वाह्य अवस्था होगी। जो कुछ भी तुम्हारे हृदय मंदिर में है, वह कभी न कभी अवशंग ही तुम्हारे वाह्य-जीवन में आ जायगा और तुम्हारा संपूर्ण कार्य व्यवहार उसी के अनुसार होगा। जो आत्मा नीच, अपवित्र और स्वार्थी है, वह यथार्थ में दुःख और शोक की ओर जा रही है और जो आत्मा उच्च, पवित्र और निस्स्वार्थ है वह निश्चित रूप से हर्ष और आनंद की ओर बढ़ी जा रही है। प्रत्येक आत्मा उसी वस्तु को अपनी ओर आकर्षित करती है, जो उसकी होती है। अन्य कोई वस्तु उसके पास नहीं आ सकती। इस बात को जानने और अनुभव करने के लिये ईश्वरीय नियम की सर्व व्यापकता को मानना पड़ता है। जैसे मनुष्य के मानसिक विचार होते हैं उन्हीं के अनुसार उसके जीवन की घटनाएँ होती हैं जो उसके जीवन को बनाती और बिगाड़ती हैं। प्रत्येक आत्मा में भिन्न भिन्न प्रकार के अनेक विचार और अनुभव भरे होते हैं और शरीर उनके प्रकाश करने का प्रत्यक्ष साधन होता है। अतएव जैसे तुम्हारे विचार हैं, यथार्थ में वैसे ही तुम स्वयं हो। तुम्हारे चहुँ ओर जो जड़ चेतन संसार फैला हुआ है, वह सब तुम्हारे विचारों के रंग में रंग जाता है अर्थात् तुम्हारे विचारों के अनूकूल ही रूप धारण कर लेता है। महात्मा बुद्ध का कथन है कि जो कुछ हम हैं, वह सब हमारे ही विचारों का परिणाम है। हमारा जीवन हमारे ही विचारों पर स्थित है और हमारे ही विचारों से बना हुआ है। इससे यह नतीजा निकलता है कि यदि कोई मनुष्य सुखी और प्रसन्न है, तो उसका यह कारण है कि वह अच्छे प्रसन्नता के विचारों में मग्न रहता है और यदि

दुनिया मानसिक अवस्थाओं की परिच्छाद है।

कोर्ट मनुष्य दुःखी है तो उसका कारण यह है कि वह दुःख निगशा और निर्वलता के विचारों में तन्मय रहता है। चाहे कोर्ट मनुष्य भयभीत हो या निर्भय, चाहे मूर्ख हो या बुद्धिमान चाहे दुःखी हो या सुखी, उसकी प्रत्येक अवस्था का कारण उसकी आत्मा में ही विद्यमान है, बाहर कहीं नहीं है। परन्तु यहाँ पर प्रायः लोग यह शंका करेंगे, कि क्या बाह्य अवस्थाओं का हमारे मन और स्वभाव पर कुछ भी असर नहीं पड़ता ? इसका उत्तर यह है कि बाह्य अवस्थाएँ तुम पर केवल उतना ही प्रभाव डाल सकती हैं, जितना कि तुह चाहो, अधिक नहीं और इसमें तनिक भी असत्य नहीं है। बाह्य घटनाएँ इन कारण तुम पर अपना अधिकार जमा लेती हैं कि तुम्हें विचार-शक्ति का ठीक ठीक ज्ञान नहीं है और न तुम उसके उपयोग में ही परिचित हो। तुम्हें विश्वास है और इसी छोटे से शब्द विश्वास पर तुम्हारा सारा सुख दुःख निर्भर है, कि बाह्य अवस्थाओं में तुम्हारे जीवन को बनाने और बिगाड़ने की शक्ति है इसी विश्वास के कारण तुम बाह्य वस्तुओं के आधीन हो जाने हो, अपने को उनका अनन्य दास समझ लेने हो और उनको अपना सर्व-अधिकार सम्पन्न स्वामी। इसी कारण तुम उनको वह शक्ति देने हो, जो उनमें स्वयं नहीं है और यथार्थ में तुम केवल घटनाएँ ही वश में नहीं हो जाते, किन्तु उनके कारण दुःख, सुख, शान्ति, आशा, सबलता, निर्वलता का भी अनुभव करने लगते हो और ये संपूर्ण भाव तुम्हारे ही विचारों ने घटनाओं में उत्पन्न कर दिये हैं।

एवं मैं ऐसे दो आदमियों को जानता हूँ कि जिनकी वर्षों के श्रम से कमाई हुई संपत्ति उन की जवानी में ही जाती रही थी

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

उनमें से एक को तो बड़ी गहरी चोट लगी और वह अत्यन्त दुःखी और निराश हो गया परन्तु दूसरे आदमी ने जब अज्ञानार में यह देखा कि वह बैंक जिसमें उसका रुपया जमा था फेल हो गया है और अब उससे एक पैसा भी वसूल नहीं हो सकता है, तो वह बड़ी शांति और धैर्य के साथ कहने लगा कि - 'गया सो गया' अब उसके लिये दुःख, और शोक करना व्यर्थ है । ऐसा करने से रुपया नहीं मिल सकता । रुपया केवल कठिन परिश्रम से ही मिलेगा, अतएव वह नये जोश के साथ फिर बड़े श्रम से काम करने लगा और थोड़े ही दिनों में वह ऐश्वर्यवान हो गया । पहला आदमी धन की हानि पर केवल दुःख और शोक मनाता रहा और अपने भाग्य को दोष देता रहा । इसी कारण वह अपनी बुरी दशाओं का दास बना रहा । अतएव धन-हानि के कारण एक मनुष्य को तो दुःख हुआ कारण कि उसके मन में नाना प्रकार के कुत्सित विचार उत्पन्न हुए, परन्तु दूसरे को सुख और लाभ हुआ । उसके कारण उसके मन में नवीन शक्ति और आशा का संचार हुआ और उसने बड़े श्रम और उत्साह से काम किया ।

यदि घटनाओं में हानि व लाभ पहुंचाने की शक्ति होती तो उनसे समस्त मनुष्यों को समान लाभ व हानि पहुंचती । परन्तु जब एक ही घटना से एक आदमी को तो लाभ और दूसरे को हानि पहुंचती है तो इससे सिद्ध होता है कि हानि वा लाभ उस घटना में नहीं है, किन्तु जिस मनुष्य को उस घटना का सामना करना पड़ता है, उसके मन में है । जब तुम इस बात को अच्छी तरह समझने लगोगे, तो तुम अपने विचारों पर

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

कर उत्तर दिया, कि हां मैं जानता हूं इस पानी में मेंढक के छूटे २ बच्चे हैं, जिनका पकड़ना बहुत आसान है ।

देखिये, जहां पदार्थ-विज्ञानी ने जिसका मस्तक प्राकृतिक वस्तुओं के ज्ञान से भरा हुआ था, वैभव और सौंदर्य का अनुभव किया, वहां दूसरे मनुष्य ने जिसके मस्तक में इस भांति 'की' शिन्ना ने प्रवेश नहीं किया था, कीचड़ के मेंढक के सिवाय और कुछ नहीं देखा ।

जंगली फूल जिसको एक चलता हुआ राहगीर वे सोचे समझे अपने पैरों तले रौंद डालता है, कवि के आध्यात्मिक चक्षु के लिये वही देवदूत के सदृश है जो ईश्वर की ओर से इस संसार में प्रगट हुआ है । समुद्र को बहुत से लाग पानी का एक विशाल और भयंकर विस्तार समझते हैं जिसपर बहुत से जहाज चलते हैं, और कभी २ नष्ट भी हो जाते हैं, परन्तु किसी गंधर्व से पूछो, उसके लिये वही समुद्र एक जीती जागती वस्तु है और उसकी लहरों में उसे ईश्वरीय गुणों के ताल और स्वर सुनाई पड़ते हैं । जहां पर एक साधारणमनुष्य को गडबडी और परेशानी नजर आती है, वही पर एक तत्वज्ञानी को कार्य कारण का अविनाभावी सम्बन्ध दिखाई देता है और जहां पर नास्तिक और जडवादी को अनन्त मृत्यु के अतिरिक्त और कुछ दिखलाई नहीं देता, वहां पर ईश्वरवादी को चलती 'फिरती और अजर-अमर आत्मा दिखलाई देता है अर्थात् ईश्वर के अस्तित्व का बोध होता है । जिस प्रकार हम घटनाओं और पदार्थों को अपने विचारों से वेष्टित करते हैं, उसी प्रकार हम दूसरों की आत्माओं को भी अपने विचारों के रूप में परिवर्तित

करते हैं। अर्थात् जैसे हम स्वयं हैं दूसरों को भी वैसा ही समझते हैं। जो मनुष्य अविश्वासी होता है, वह संसार भर को अविश्वासी समझता है। भूटा-आदमी यह समझ कर अपने जी को बहलाना है कि संसार में एक भी मनुष्य ऐसा नहीं है कि जो विलकुल सच बोलता हो। ईश्या और डाह रखने वाले मनुष्य सच को अपने समान समझते हैं। दृष्टान्त मनुष्य को सदा इस बात का भय लगा रहता है कि कहीं लोग मेरे माल को न छीन लें। जिस आदमी ने कपड़ा कमाने में अपने ईमान को बंध दिया है वह सदा अपने तकिये के नाचे तमझ रखकर सोता है और इस धार में पड़ा रहता है कि इस दुनिया में वैमान आदमी भरे हुए हैं जो उसके धन को उससे जबरदस्ती छीनना चाहते हैं और जो मनुष्य विषय-वासनाओं में लिप्त रहते हैं वे साधु महान्माओं को भी ढोंगी और अफकार समझते हैं। इसके विपरीत जिनके विचार उदार, पवित्र और प्रेमयुक्त हैं, वे दूसरों के साथ प्रेम और सहानुभूति रखना अपना धर्म समझते हैं। सच्चे और ईमानदार आदमियों को कभी जद्दा या नद्वान्त से दुःख नहीं होता। उदारचित्त मनुष्य दूसरों की बढ़ती देख कर प्रसन्न होते हैं और वे जानते भी नहीं कि ईश्या या डाह किरण कहते हैं। जिन लोगों ने अपनी आत्मा में परमात्मा का अनुभव कर लिया है, वे प्राणी मात्र में ईश्वर-दर्शन करते हैं।

समस्त स्त्री पुरुषों को अपने मानसिक विचारों की सत्यता इस बात से पूरी रूप से सिद्ध हो जाती है कि कार्य कारण के नियमानुसार वे उन्हीं विचारों को अपनी ओर आकर्षित करते हैं, जिन्हें वे अपने भाँतर से निकालते हैं और इस लिए वे

सुख की प्राप्ति का माग ।

अपने ही जैसे विचार वालो से मेल जोल रखते हैं । फारसी मे एक कहावत है “ कुनद हमजिन्स वा हमजिन्स परवाज-कवृतर वा कवृतर वाज वा बाज ” अर्थात् एक प्रकार के पर्दा एक साथ उडते हैं और एक स्थान पर बढते हैं । यह कहावत बडे महत्व की है । कारण कि स्थूल जगत् के समान मानसिक जगत् मे भी प्रत्येक विचार अपने समान विचार से सम्बन्ध रखता है । यदि तुम चाहते हो कि दूसरे लोग तुम्हारे साथ दया का व्यवहार करे, तो तुम भी उनके साथ दया का व्यवहार करो । यदि तुम चाहते हो कि दूसरे लोग तुम्हारे साथ सच्चाई का व्यवहार करे, तो पहले तुम स्वयं सच बोलो जो कुछ तुम ढोगे, वही तुमको मिलेगा, कारण कि यह संसार तुम्हारे विचारों का प्रतिबिम्ब है । कहने का सारांश यह है कि तुम दूसरो के साथ वैसा ही व्यवहार करो जैसा तुम चाहते हो कि दूसरे तुम्हारे साथ करे ।

यदि तुम इस बात के लिये प्रार्थना करते हो और यह अभिलाषा रखते हो कि मरने के पश्चात् तुम्हे स्वर्ग मिले, तो लो यह तुम्हारे लिये हर्ष समाचार है कि तुम स्वर्ग मे प्रवेश कर सकते हो और अभी अपने हृदय मे उसका अनुभव कर सकते हो । जिस स्वर्ग की तुम इच्छा करते हो, वह सारे संसार में फैला हुआ है और तुम्हारे भीतर भी मौजूद है । देर केवल इस बात की है कि तुम उसे ढूँढो, स्वीकार करो और उस पर अपना अधिकार जमा लो । एक अनुभवी विद्वान ने बया ही अच्छा कहा है, कि जब लोग तुमसे यह कहे कि यह देखा, वह देखो, तो तुम उनके पाँखे पाँखे मत ढौंढो । ईश्वरीय राज्य

दुनिया मानसिक अवस्थाओं की परछाईं है।

तुम्हारे ही भीतर मौजूद है। अन्यत्र कही जाने की आवश्यकता नहीं है। तुम्हारा कर्त्तव्य यह है कि तुम इस बात पर विश्वास करो और विश्वास भी सच्चे दिल से करो कि जिस से तुम्हारे हृदय से सर्व प्रकार की शंकाएँ दूर हो जाँय और फिर तुम पुनः पुनः विचार करो, यहाँ तक कि तुम उसे अच्छी तरह समझ जाओ। वस फिर तुम अपने आन्तरिक जगत् को बनाने और उसे पवित्र रखने का उद्योग करोगे और ज्यों ज्यों तुम्हारा ईश्वरीय ज्ञान बढ़ता जायगा, त्यों त्यों तुम्हें यह ज्ञात होता जायगा कि बाह्य पदार्थों में कुछ भी शक्ति नहीं है। यह आत्मा ही है कि जिसमें जादू वैसी शक्ति विद्यमान है, इसके बाहर कुछ नहीं है।



३. अप्रिय अवस्थाओं से निकलने का मार्ग ।



ह हम पहले पढ़ चुके हैं और अच्छी तरह समझ चुके हैं कि दुःख या विपत्ति एक परछाई है और स्थायी सुख की सुन्दर आकृति पर स्वार्थ के बीच में आ-जाने से पड़ जाती है और यह ससार एक दर्पण के सदृश है जिसमें प्रत्येक

व्यक्ति केवल अपनी ही परछाई देखता है । अब हम धीरे धीरे धैर्य और दृढ़ता के साथ उस स्थान पर पहुँचते हैं, जहाँ पर ईश्वरीय नियम को अच्छी तरह से देखा और समझा जा सकता है । ईश्वरीय नियम के ज्ञान से हमें इस बात का भी ज्ञान हो जायगा कि प्रत्येक वस्तु कार्य कारण के अविनाभावी सम्बन्ध में जकड़ी हुई है और किसी भी वस्तु का उस नियम से पृथक होना संभव नहीं है । मनुष्य के छोटे से छोटे काम से लेकर देवताओं के बड़े बड़े कार्यों तक में यह नियम अनवरित रूप से कार्य कर रहा है । कोई भी अवस्था ऐसी नहीं हो सकती जिसमें एक नियम का कार्य एक क्षण भर के लिये भी रुक सके । ऐसा होना सर्वथा असम्भव है, कारण कि ऐसा होने से नियम का ही अभाव हो जायगा । अतएव, जीवन की प्रत्येक अवस्था नियमबद्ध है और प्रत्येक अवस्था का कारण और भेद उसी में विद्यमान है । यह

नियम कि 'जैसा मनुष्य होता है वैसा काटना है' मुक्ति के द्वार पर मुनहरे और चमकीले अक्षरों में खुदा हुआ है। न कोई इन्से इन्कार कर सकता है, न कोई उसका विरोध कर सकता है और न कोई इन्से बच सकता है। जो आदमी अपना हाथ आग में डालता है, वह उन् समय तक जलने की तकलीफ उठाता रहेगा जब तक कि वह अपने हाथ को आग में से बाहर न निकाल ले। दुःख और प्रायश्चित्तों से उसकी अवस्था में कोई परिवर्तन नहीं हो सकता। ठीक यही नियम मानसिक जगत् में काम कर रहा है। राग, द्वेष, काम क्रोध, लोभ, माद, माया ये सब भिन्न भिन्न प्रकार की अग्नि हैं जो निरन्तर जलती रहती हैं और जो कोई इन्हें छुएगा वह अवश्य जलेगा। मन की इन सम्पूर्ण अवस्थाओं का नाम दुःख है और वास्तव में यह नाम यथार्थ और सार्थक है, कारण कि अज्ञानवश इन्से आत्मा ईश्वरीय नियम को बदलना चाहती है। यह मनुष्य के भीतर गडबड़ पैदा कर देती है और कभी न कभी बाल में रोग, शोक, दुःख, निराशा, असफलता और दुर्भाग्य के रूप में प्रकट होती है। इसके विपरीत प्रेम, प्रीति, मत्स्यता और पवित्रता शीतल वायु हैं जिनसे आत्मा को शांति मिलती है और चूंकि ये ईश्वरीय नियम के अनुकूल हैं, उस कारण सुख, स्वास्थ्य, मरुलता, आशा और सौभाग्य के रूप में प्रकट होती है।

इस विश्वव्यापी नियम के भली भांति समझने से, उन् मानसिक अवस्था की प्राप्ति होती है जिसका नाम आशा-पालन है। जब हम यह जान लेंगे कि संसार में प्रेम, न्याय और ऐश्वर्य इस नियम पर स्थित हैं तब हमें यह भी मानना ही जायगा कि

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

जितनी विपरीत और दुःखदायक अवस्थाएँ हैं, वे सब हमारे नियम भंग करने के परिणाम हैं। ऐसे ज्ञान से शक्ति और बल बढ़ता है और ऐसे ही ज्ञान से उत्तम जीवन, स्थाई सफलता और आनन्द की प्राप्ति होती है। जो मनुष्य प्रत्येक दशा में सतोप करता है, और सम्पूर्ण अवस्थाओं को अपनी शिक्षा के अवश्य-कीय अंग समझता है, वह सब प्रकार की दुःखदायी अवस्थाओं पर विजय प्राप्त करता है और उन्हें इस प्रकार अपने आधीन कर लेता है कि फिर उनके आने की कोई भी आशंका नहीं रहती, कारण कि नियम-बद्ध कार्य करने से उसका सर्वनाश हो जाता है एसा मनुष्य ही नियम-बद्ध काम करता है। उसने यथार्थ में नियम को अच्छी तरह से समझ लिया है और अपने को नियम रूप बना लिया है। जिस वस्तु पर वह अधिकार प्राप्त करता है उस पर सदैव के लिये प्राप्त करता है और जो इमारत बनाता है वह ऐसी बनाता है कि उसका फिर कभी विनाश नहीं हो सकता।

जिस प्रकार दृढ़ता और निर्बलता का कारण हममें विद्यमान है, उसी प्रकार सम्पूर्ण सुख और दुःखों का कारण भी हममें विद्यमान है। जब तक हम अपने अतरंग को शुद्ध न कर लेंगे तब तक किसी प्रकार की उन्नति नहीं हो सकती और जब तक निश्चित रूप से ज्ञान की वृद्धि न की जायगी, तब तक सुख या शांति का मिलना नितांत असम्भव है।

तुम कहते हो कि हम अपनी हालत से मजबूर हैं। तुम चाहते हो कि तुम्हें अच्छे अवसर मिलें, तुम्हारा कार्य-क्षेत्र बड़ा हो जाय, तुम्हारी शारीरिक अवस्था अच्छी हो जाय, और शायद तुम अपने मन में अपने भाग्य को भी उलाहना देते होगे

जिसने तुम्हारे हाथ पाँव बांध रखे हैं । जो कुछ भी मैं कहता हूँ वह तुम्हारे लिये ही है । तुम उसको ध्यान से सुनो और मेरे शब्दों को अपने हृदयपटल पर अंकित कर लो, कारण कि जो कुछ भी मैं तुमसे कहूँगा, वह अक्षर अक्षर सत्य होगा । “यदि तुम दृढप्रतिज्ञ होकर अपने आंतरिक जीवन को उन्नत बना लोगे तो तुम्हारी बाह्य अवस्था में भी तुम्हारी इच्छानुसार अवश्य उन्नति हो जायगी ।” मैं अच्छी तरह से जानता हूँ कि पहले पहल यह मार्ग तुम्हें कर्करीला और बजड़ मालूम होगा, क्योंकि सच्चाई सदा ऐसी ही दिखलाई देती है । यह केवल मोह माया ही है जो चमकीली और भड़कीली होती है । परंतु यदि तुम उसी मार्ग पर चलने की दृढप्रतिज्ञा कर लो, धैर्य और दृढता के साथ अपने मन को अमूर्त कार्य करना सिखलाओ, अपनी झुठियों को समूल नाश कर दो, और अपने बल और आंतरिक शक्तियों का विकास होने दो, तो तुम्हारे बाह्य जीवन में जो परिवर्तन होंगे, उनको देख कर तुम्हें बड़ा आश्चर्य होगा ।

जब तुम इस प्रकार कार्य करना प्रारंभ कर दोगे, तो तुम्हें बहुत से सुअवसर मिलेंगे और उन सुअवसरों से संपुचित लाभ उठाने की शक्ति और ज्ञान तुम में उपज ही जायगा । सच्चे सुहृद् बिना बुलाये तुम्हारे पास आजायेंगे । तुम से प्रेम सहानुभूति रखनेवाले मनुष्य तुम्हारे पास उसी प्रकार निश्चिंत चले आयेंगे, जिस प्रकार चुम्बक पत्थर लोहे को खींच लेता है और पुस्तकों तथा अन्य बाह्य वस्तुओं की जितनी तुम्हें आवश्यकता होगी, वे सुगमता से तुम्हें मिल जायेंगी ।

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

शायद निर्धनता का बंधन तुम्हे दुःखदाई जान पड़ता हो तुम असहाय और निराश्रित हो और तुम्हारी हार्दिक इच्छा यह हो कि किसी प्रकार तुम्हारा बोझ हल्का होजाए, परन्तु यह बांझ तनिक भी हल्का नहीं होता और तुम दिन २ विपत्ति और अन्धकार में अस्मित होते जाने हो । शायद तुम अपने भाग्य को उलाहना देते हो । अपने जन्म, अपने कुल, अपने माता पिता अपने स्वामी को दोष देते हो कि उन्होंने व्यर्थ में तुम्हे विपत्ति और निर्धनता मे डाल दिया और दूसरों को सुख और ज्येष्ठ्य प्राप्त है । तुम्हारा इस प्रकार दोष देना और शिकायत करना व्यर्थ है । इससे कोई लाभ नहीं । इस प्रकार की शिकायत करना बिल्कुल छोड़ दो क्योंकि जिन चीजों को तुम दोष देते हो, उनमे से कोई भी तुम्हारी निर्धनता का कारण नहीं है । तुम्हारी निर्धनता का कारण स्वयं तुम्हारे ही भीतर विद्यमान है और जहा कारण है, वहाँ इसकी औषधि भी है । तुम्हारा शिकायत करना ही इस बात को प्रकट करता है कि तुम ऐसी ही हालत में रहने योग्य हो, और इससे यह भी पता लगता है कि तुम मे श्रद्धा और विश्वास की कमी है, जो उन्नति और उद्योग का मूल साधन है । जिस जगत की प्रत्येक वस्तु नियमानुसार है, उसमें कोई भी दोष नहीं लगा सकता । यदि कोई मनुष्य स्वतः अपने को दुःख और चिंता में डालता है और व्यर्थ मे चिड़चिड़ाता रहता है, तो मनो वह स्वयं आत्मघात करता है । तुम अपनी मानसिक अवस्था के कारण अपनी बेड़ियों को मज़बूत करते हो और अज्ञान और अंधकार में फँस रहे हो । तुम अपने जीवन के मार्ग को बदल डालो । तुम्हारा वाह्यजीवन भी स्वयमेव बदल जायगा । अपने में ज्ञान और विश्वास पैदा करो और अपने को उत्तम अवसरो और

उक्त वस्तुओं के योग्य बनाओ । सब से पहले इस बात का ख्याल रखो कि जो कुछ तुम्हारे पास है उसको अच्छी तरह से उपयोग में लाओ और इन धोके में मत आओ कि तुम छोटे छोटे लाभों या कार्यों का विचार न करके बड़े २ कार्यों को कर सकने हो कारण कि यदि तुम ऐसा करोगे, अर्थात् छोटे २ कार्यों की परवाह न करके बड़े बड़े कार्यों पर हाथ फैलाओगे तो तुम्हें कोई स्थायी लाभ न होगा और संभव है कि तुम अपने स्थानसे फिर पीछे हट जाओ । इस लिए कि तुम्हें गिना मिले । जिस प्रकार बालक स्कूल में पहली शिक्षा को पास किये बिना दूसरी कक्षा में नहीं चलाया जा सकता, उसी प्रकार तुम्हें उचित है कि पहले जो कुछ तुम्हारे पास है, उसे अच्छी तरह से उपयोग में लाओ, उससे यथेष्ट लाभ उठाओ तब तुम्हें अधिक लाभ की प्राप्ति होगी । देखो एक मालिकने अपने एक नौकर को ५५ रु० दिये दूसरे को २५ रु० और तीसरे को १५ रु० । इनमें से पहले और दूसरे नौकर ने तो मिहनत करके दुगने रुपये कमा लिये परन्तु तीसरे ने अपने रुपये को ज़मीन में गाड़ दिया और उससे कुछ भी लाभ नहीं उठाया । मालिक को जब इस बात का पता लगा, तो वह उस पर बड़ा नाराज हुआ और उसने वह रुपया भी उससे छीन कर पहले नौकर को दे दिया । इन उदाहरण से स्पष्ट प्रगट है कि जो कुछ हमारे पास है चाहे वह कितना ही थोड़ा क्यों न हो, उससे हमें लाभ उठाना चाहिये और यथा संभव अच्छे काम में लगाना चाहिये । यदि हम ऐसा न करेंगे तो इसका यह परिणाम होगा कि जो कुछ हमारे पास है, वह भी जाता रहेगा, कारण कि हम अपने ही व्यवहार से इस बात को सिद्ध कर रहे हैं कि हम उसके सर्वदा अयोग्य हैं । अनपेक्ष

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

मनुष्य को उचित है कि जो कुछ उसके पास है, जैसी उसकी अवस्था है, उसी पर संतोष करे और उससे क्रमशः उन्नति करे। तुम एक छोटी भोंपड़ी में रहते हो, और तुम्हारे चहुँ ओर ऐसे कारण विद्यमान हैं कि जो तुम्हारे स्वास्थ्य के लिये हानिकर हैं। इस अवस्था में यदि तुम्हें अच्छे और बड़े मकान की इच्छा है, तो तुम्हें चाहिये कि तुम अपनी भोंपड़ी ही को एक छोटा सा स्वर्ग का नमूना बनाकर दिखलाओ। उसे ऐसा साफ़ और सुथरा रखो कि उसमें नाममात्र को भी कहीं कोई धब्बा न रहे। तुमसे जहाँ तक हो सके उस सुन्दर और रमणीक बनाओ। जिस काम को करो और जिस चीज़ को धरो उठाओ, बड़ी सावधानी से करो। भोजनशाला को स्वच्छ और सुन्दर रखो। चाहे तुम्हारे यहाँ हलवा पूड़ी न बन कर सूखी रोटी और चने का शाक ही बनता हो, परंतु उसे अत्यन्त रवादिष्ट बनाओ। यदि तुम्हें अपने भोंपड़ेमें कालीन या फर्श विछाने की शक्ति नहीं है तो न सही, अपने कमरे में हर्ष, आनन्द और स्वागत के फ़र्श विछाओ और उनको प्रेमयुक्त शब्दों की कीलों से जड़ कर संतोष और दृढता के हथौड़े से ठोक दो, अर्थात् उसी भोंपड़ी में सब मिल कर हर्ष और आनन्द के साथ जीवन व्यतीत करो। परस्पर में प्रेम और प्रीति का व्यवहार करो और धैर्य और संतोष को धारण करो। ऐसा फ़र्श न तो धूप से खराब होगा और न कभी काम में आने नें घिसेगा।

इस प्रकार अपनी आस पास की चीज़ों की क़दर करने से तुम उससे अच्छे होजाओगे और फिर तुम्हें उनकी आवश्यकता नहीं होगी, तथा सुश्रवसर के मिलने पर तुम्हें अच्छा घर और

अच्छी वस्तुएँ मिल जाएँगी, जो मानो तुम्हारी नाट जोह रही हैं और जिनके योग्य तुमने अपने आप को बना लिया है ।

यदि तुम यह चाहते हो कि तुम्हें सोचने और काम करने के लिये अधिक समय मिले और यह समझते हो कि तुम्हें बहुत देर तक सतत काम करना पड़ता है, तो तुम्हें इस बात का ध्यान रखना चाहिये कि जो कुछ थोड़ा सा समय तुम्हें मिलता है, उससे तुम पूरा पूरा लाभ उठाने हो या नहीं ? यदि तुम उस थोड़े से समय का भी नष्ट कर दते हो, तो तुम्हारे लिये अधिक की इच्छा करना व्यर्थ है, कारण कि तुम उससे भी अधिक आलसी और असावधान हो जाओगे ।

अतएव निर्धनता और समय और अवकाश का न मिलना जिनको तुम आपत्तियाँ समझते हो, वे आपत्तियाँ नहीं हैं और यदि वे तुम्हारी उन्नति में बाधक होती हैं, तो यह तुम्हारा ही दोष है । तुमने अपनी धी कमजोरियों के कारण उनको ऐसा बना दिया है । जो दोष तुम उनमें पाते हो, वह यथार्थ में तुम्हीं में हैं । इस बात को भली भाँति समझ लो कि तुम स्वयं अपने भाग्य के निर्माता हो । जिस प्रकार के ढाँचे में तुम अपने मन को ढालोगे, वैसा ही तुम्हारा भाग्य बनेगा और ज्यों ज्यों तुम इस बात को समझते और अनुभव करते जाओगे, त्यों त्यों तुम्हारे दुःख सुख रूप होते जायेंगे अर्थात् जिन्हें तुम दुःख और विपत्ति के कारण समझ रहे हो, वे सुख और आनन्द के कारण हो जायेंगे उक्त समय तुम्हें अपनी निर्धनता से आशा तारुण्य और संतोष की प्राप्ति होगी और समयाभाव के कारण तुम में काम करने की तेजी और अवसर की हाथ से न देने की बुद्धि आ जायगी ।

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

जिस प्रकार मैली से मैली जमीन में सुन्दर और सुगन्धित पुष्प पैदा होते हैं, उसी प्रकार निर्धनता की अन्धकारमय भूमि में दयालुता के अनुपम और मनोहर पुष्प बढ़ते और खिलते हैं । जहां पर आपत्तियों का सामना करना पड़ता है और अप्रिय अवस्थाओं को विजय करना होता है, वहीं पर भलाई और नेकी प्रकट होती है और अपने गुण दिखलाती है ।

सम्भव है कि तुम किसी दुष्ट और निर्दई मालिक के नौकर हो । वह तुम से असद् व्यवहार करता है, परन्तु तुम इस बात को भी अपनी शिक्षा के लिये आवश्यक समझो । मालिक तुम से असह्य व्यवहार करता है, परन्तु तुम उसके साथ सभ्यता से व्यवहार करो । सदा सतोष और इन्द्रिय निग्रह का अभ्यास करो । जो हानि तुम्हें पहुँची है, उससे यह लाभ उठाओ कि अपने में मानसिक और आत्मिक शक्ति प्राप्त करो । इस प्रकार चुपके २ तुम अपने मालिक के लिये एक आदर्श बन जाओगे और उस पर तुम्हारा प्रभाव पड़ने लगेगा । वह अपने असद् व्यवहार पर स्वयं लज्जित होगा और साथ ही तुम में वह उच्च कोटि का आत्मिक बल भी बढ़ जायगा जिसके कारण तुम्हारे मन में अच्छे विचार उत्पन्न होंगे । भूल कर भी कभी तुम यह शिकायत न करो कि तुम दास हो, किन्तु सच्चरित्रता और सद् व्यवहार से अपने में उच्च विचार उत्पन्न करो । दूसरे के दास होने की शिकायत करने से पहले, तुम यह समझ लो कि तुम स्वयं अपनी कुवासनाओं के तो दास नहीं हो ? अपने भीतर देखो, खूब सोचो और विचारो और अपने दोषों के ढूँढने तनिक भी सकोच मत करो । कठोर हृदय होकर अपने दोषों

को देखो । समय है कि तुम्हें अपने ही भीतर नीच और कुत्सित चिन्तार मिल जायें, तुम्हारे ही प्रतिदिन के जीवन और व्यवहार में बुरी आदत पाई जायें । इन नीच चिन्तारों और आदतों को छोड़ दो । अपनी इन्द्रियों के दास मत बनो वरन् फिर तुम्हें कोई दास नहीं बना सकता । तुम उसी समय तक दूसरों के दास हो, जब तक कि तुम स्वयं अपने दास बन हुए हो । तुम अपनी इन्द्रियों को अपने वश में कर लो, फिर तुम्हारी सागी बुरी अवस्थायें जाती रहेंगी और तुम्हारी हर एक कठिनाई दूर हो जायगी ।

कभी इस बात की शिकायत मत करो कि धनवान लोग तुम्हें दुःख देते हैं । क्या तुम्हें इस बात का पूरा पूरा विश्वास है कि यदि तुम्हारे पास द्रव्य होत तो तुम किसी को दुःख न देते यदि रखो, यह सत्कार का श्रुतल और श्रकाट्य नियम है कि जो आज किसी को दुःख देता है, वह कल को अवश्य दुःख पायगा । चाहे राजा हो या रंक, इस नियम से कोई भी नहीं बच सकता है । सम्भव है कि तुम अपने पूर्व जन्म में धनाढ्य होगे और दूसरों को पीड़ा देते होगे, उसी का यह प्रतिफल भोग रहे हो । अतएव विश्वास और दृढता का अभ्यास करो । सदा इस बात का स्मरण रखो कि ज कुछ होता है क्रमानुसार होता है । जैसा मनुष्य काम करता है वैसा फल पाता है । कोई किसी को दुःख या सुख नहीं देता । मनुष्य स्वयं अपने दुःख सुख का कर्ता है । जैसे उस के विचार होते हैं, वैसी ही वास्तवस्था भी होती है । अतएव मनुष्य को उचित है कि अपने आंतरिक दोषों के ढूँढने में सन्ती से काम ले । इस बात में उदासीनता करने की

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

बराबर आत्मा के लिये संसार में कोई भी हानिकारक वस्तु नहीं है। जो लोग अपने दोषों को ढूँडने में बेपरवाही करते हैं, वे अपनी आत्मा को दिन दिन नीच और पतित बनाते हैं। अतएव जिस तरह हो सके अपने दोषों को ढूँडो। दूसरों को बुरा भला कहना छोड़ दो। अपने को बुरा कहो। निरन्तर इस बात का ध्यान रखो कि तुम्हारे संपूर्ण कार्य और विचार विशुद्ध, पवित्र और निर्दोष हों। यदि ऐसा नहीं है तो कदापि उनकी प्रशंसा मत करो। बराबर निन्दा करते रहो। ऐसा करने से तुम्हारी नेकी और भलाई की नींव दृढ़ हो जायगी और सुख की सामग्री तुम्हें स्वतः उचित समय पर मिल जायगी।

निर्धनता अथवा अन्य किसी अप्रिय अवस्था को सदा के लिये दूर करने का सब से सीधा और सरल मार्ग यह है कि हम अपने भीतर से स्वार्थयुक्त वासनाओं को निकाल डालें। कारण कि बाह्य अवस्थाएँ अंतरंग वासनाओं की प्रति रूप हैं और जब तक अंतरंग वासनाय रहेगी, तब तक बाह्य अवस्थाओं में परिवर्तन नहीं हो सकता। सच्ची दौलत प्राप्त करने का यही मार्ग है कि अपने भीतर नेकी और भलाई के विचार पैदा करो। यदि तुम्हारे मन में सच्ची भलाई के विचार नहीं हैं तो न तो तुम सुखी हो सकते हो। और न शक्ति प्राप्त कर सकते हो मैं जानता हूँ कि ऐसे मनुष्य बहुत सा रुपया कमा लेते हैं कि जिनमें तनिक भी भलाई नहीं है और न जिन्हें भला बनने की इच्छा है, परन्तु याद रखो ऐसा धन सच्चा धन नहीं है। वह थोड़े दिनों का ही होता है महात्मा दाऊद का कथन है कि “मैं मूर्ख हूँ और दुष्टों की बढ़ती देख कर बड़ा विस्मित हुआ।”

मैंने बड़ा पश्चात्ताप किया कि हम व्यर्थ में प्रत उपवास और पूजा भक्ति करते हैं, परन्तु जब मैं ईश्वर के दरवार में गया तो वहाँ मुझे उसका सन्तोष-जनक उत्तर मिल गया और असली भेद मालूम हो गया । दुष्टों की वृद्धि ने ही दाइए को ईश्वर के दरवार में भेजा था । वहाँ उसे सब हाल मालूम हो गया । इसी प्रकार तुम भी उस पवित्र मन्दिर में प्रवेग करो । यह मन्दिर तुम्हारे ही भीतर मौजूद है । यह आत्मा की सर्वोच्च अवस्था है । इस अवस्था में सम्पूर्ण मानसिक विकार और जलिक विचार नष्ट हो जाते हैं और ईश्वर-दर्शन होने लगता है इसका नाम परमात्मावस्था है । यही ईश्वर का पवित्र मन्दिर है । जब तुम बहुत कुछ उद्योग करने पर घपना इच्छाओं का निरोध करके और कपायों का जय करके उस पवित्र मन्दिर के द्वार पर आओगे, तब तुमको मनुष्य के विचार और उद्योग का परिणाम अच्छा वा बुरा, स्पष्ट रूप से प्रगट हो जाएगा । फिर जब तुम किसी दुष्ट मनुष्य को वाद में बन लक्ष्य करने देखोगे, तो तुम्हारा अज्ञान तनिक भी कम न होगा, कारण कि तुम जान जाओगे कि वह मनुष्य एक दिन अवश्य गरीब होगा और दुःख उठाएगा । उसकी बडती थाडे दिनों के लिए ही है । जिस धनवान् मनुष्य में भलाई नहीं है, वह यथार्थ में निर्वन है । जिस प्रकार नदी का पानी वह कर समुद्र में गिरता है, उसी प्रकार वह भी यद्यपि धनवान् है, परन्तु विपनि और निर्धनता की ओर जा रहा है और चाहे वह मरने समय तक धनवान् ही रहे तो भी उसे अपने दुष्कर्मों का प्रतिफल भोगने के लिये अवश्य चापिल आना पडेगा और जब तक कि वह बहुत कुछ दुःख और अनुभव के बाद अपनी आतनिक

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

निर्वनता पर विजय प्राप्त नहीं कर लेगा, तब तक जितनी बार वह धनी होगा, उतनी बार उसे निर्धन होना पड़ेगा । परन्तु इसके विपरीत जो मनुष्य बाह्य में निर्धन है, परन्तु अंतरंग में धनवान् है, अर्थात् जिसके विचार उत्तम हैं; मनुशुद्ध है, वह यथार्थ में धनवान् है और दीन होने पर भी वह सुख और ऐश्वर्य की ओर जा रहा है और अपरिमित हर्ष और आनन्द उसके लिए वाट जोड़ रहे हैं ।

यदि तुम यथार्थ में स्थाई रूप से सुखी होना चाहते हो, तो पहले तुम्हें नेक और धर्मात्मा बनना चाहिये । इसके बिना सुख को इच्छा करना, रात दिन उसकी चिन्ता करना और उसके लिये उत्सुक रहना बूर्खता है । यदि तुम ऐसा करोगे, तो तुम्हारी आत्मा गिर जाएगी । तुम्हे कदापि सफलता प्राप्त नहीं हो सकती । अपने को उन्नत अवस्था पर पहुँचाने का उद्योग करो । परोपकार और निःस्वार्थ सेवा को अपने जीवन का उद्देश्य बनाओ और सदा उत्तम, नित्य, अविनाशीक भलाई को ग्रहण करने का प्रयत्न करो ।

तुम कहते हो कि हमें अपने लिए धन की आवश्यकता नहीं है, किन्तु तुम्हारा अभिप्राय धन द्वारा दूसरों को लाभ पहुँचाने का है । यदि वास्तव में तुम्हारा यही अभिप्राय है, तो तुम्हें धन अवश्य मिलेगा । परन्तु याद रखो कि धन पाकर दूढ़ और निःस्वार्थ बने रहना । अपने को उसका स्वामी न समझ कर केवल रक्षक या गुमाश्ता समझना । देखो अपनी नियत को अच्छी तरह समझ लो, कारण कि प्रायः देखा गया है कि मनुष्य कहते तो यह है कि यदि हमारे पास धन हो तो हम सब

परोपकार में लगा दें, परन्तु उनकी आंतरिक इच्छा सर्वत्र यह बनी रहती है कि लोग हम से प्रसन्न रहें, हमारी प्रशंसा करें और सुधारकों या परोपकारियों में हमारी गणना हो जाए । यदि तुम अपने थोड़े से धन से जो तुम्हारे पास है दूसरों को लाभ नहीं पहुंचा सकने हो तो जब तुम्हारे पास अधिक धन हो जायगा, तो तुम और भी अधिक स्वार्थी बन जाओगे और यदि मान भी ली जाय कि तुम अपने रुपये से दूसरों को लाभ पहुंचाने का उद्योग करोगे तो वह केवल प्रतिष्ठा और नामवरी के लिए । अतएव यदि वास्तव में तुम्हारे इच्छा दूसरों को लाभ पहुंचाने की है तो तुम्हें इसके लिये धन दौलत की बात नहीं देखनी चाहिये । तुम अब भी चाहें जिस हालत में हो दूसरों को लाभ पहुंचा सकने हो ।

यदि तुम निश्चय से ऐसे निःस्वार्थी और परोपकारी हो जैसे कि तुम अपने को समझने हो, तो तुम इस समय भी स्वयं हानि उठा कर दूसरों का भला कर सकने हो चाहे तुम कितने ही निर्धन हो, तो भी तुम में स्वार्थ की आहुति देने की शक्ति है । तुम अवश्य दूसरों के निमित्त कुछ न कुछ अर्पण कर सकते हो । जिस मनुष्य के हृदय में परोपकार का अंकुर विश्रमान है, जो मन्त्रे दिल से दूसरों का भला चाहता है वह रुपये पैसे को बात नहीं देखता । वह रुपये के स्थान में अपने जीवन को अर्पण कर देता है । वह अपने मन से स्वार्थ, द्वेष, कयाय और वासना को निकाल कर अपने और परीये का भेद भाव दूर करके मित्र और शत्रु सब के साथ समान व्यवहार करता है, सब का भला चाहता है और सब को लाभ पहुंचाता है ।

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

जिस प्रकार कार्य कारण का सम्बन्ध है, उसी प्रकार सुख और ऐश्वर्य का आंतरिक भलाई से निर्धनता और निर्बलता का आंतरिक बुराई से सम्बन्ध है। अर्थात् जिस प्रकार कारण के अनुसार कार्य होता है, उसी प्रकार यदि तुम्हारे आंतरिक विचार अच्छे हैं तो तुम्हें सुख और ऐश्वर्य मिलेगा और यदि बुरे और गदे हैं तो दुःख और सताप मिलेगा ।

रुपया सच्ची दौलत नहीं है और न पद वा प्रतिष्ठा ही सच्ची दौलत है। अतएव केवल इन पर भरोसा करना ऐसी थिकनी और ढालू जमीन पर खड़ा होना है कि जहां से पैर फिसलने का भय है।

तुम्हारी असली दौलत तुम्हारी नेकी है और तुम्हारी असली ताकत उस नेकी का ठीक ठीक काम में लाना है। अर्थात् जितनी नेकी तुम दूसरो के साथ करोगे, उतनी ही अधिक तुम्हारी ताकत समझी जायगी। अपने हृदय को शुद्ध कर लो अपने दिल को साफ़ कर लो, तुम्हारा जीवन स्वतः सुधर जायगा। विषय-वासना, राग द्वेष, काम क्रोध, लोभ, मोह, मद, माया, अहकार, स्वार्थ और दुराग्रह, ये सब निर्बलता और निर्धनता के चिन्ह हैं। इनके विपरीत प्रेम, पवित्रता, नम्रता, सभ्यता, शील, सतोष, दया, अनुकम्पा, उदारता, निःस्वार्थता, इन्द्रियनिग्रह और आत्म-सयम ये सब धन और बल के सूचक हैं।

जब मनुष्य निर्धनता और निर्बलता के कारणों को दूर कर देता है तो उसके भीतर स्वयमेव एक अक्षय और अजय शक्ति का प्रादुर्भाव होता है और जो मनुष्य उच्च कोटि का नेक और

धर्मात्मा बन जाना है वह सपूर्ण संसार को अपने आधीन कर लेता है ।

परन्तु अमीर और गरीब सभी को अप्रिय अवस्थाओं में से निकलना पड़ता है । अमीरों को वल्कि गरीबों की अपेक्षा अधिक कष्ट उठाना पड़ता है । इससे प्रगट है कि सुख सांसारिक वस्तुओं पर निर्भर नहीं है । सुख का आधार अन्तरंग जीवन है । मान लो कि तुम मालिक हो और तुम्हें अच्छे नौकरों के न मिलने के कारण बड़ी तकलीफ उठानी पड़ती है । यदि कभी अच्छे ईमानदार नौकर मिल भी जाते हैं तो वे जल्दी नौकरी छोड़ कर चले जाते हैं । इसका परिणाम यह होता है कि धीरे धीरे तुम्हारा विश्वास लोगों पर से हटता जाता है या विलकुल जाता रहता है । अब तुम नौकरों को मजूरी भी अधिक देते हो, और उन्हें छुट्टी और आज़ादी भी पहले से ज्यादा देते हो, तो भी नौकरों का वही हाल है । ऐसी दशा में, मैं तुम्हें यह सलाह दूंगा कि तुम्हारी कठिनाइयों का कारण तुम्हारे नौकरों में नहीं है, किंतु स्वयं तुम में है । यदि तुम अपने हृदय के भीतर प्रवेश करके देखो, और शुद्ध अन्तःकरण से अपने दोषों को ढूँढने और उनके दूर करने का प्रयत्न करो तो तुम्हें डेर सवेर कभी न कभी अपने दुःख और कष्ट का कारण ज्ञात हो जायगा । संभव है कि तुम में कोई ऐसी स्वार्थयुक्त इच्छा हो, अथवा तुम्हारे मन में ऐसा अविश्वास वा अप्रिय भाव हो कि जो न केवल दूसरों पर किंतु स्वयं तुम पर अपना विपैला प्रभाव डालता हो, चाहे तुम अपने भावों और शब्दों से उसको प्रगट न भी करो । अपने नौकरों के साथ सदैव दया का व्यवहार करो, उनके सुख दुःख का निरन्तर ध्यान रखो, कभी उनसे हद से ज्यादा काम

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

न लो और यह सोचो कि यदि तुम उनकी दशा में होते तो तुम भी इतना काम करना पसन्द न करते । इसमें सदेह नहीं कि नौकर मे ऐसी नम्रता का होना कि वह अपने मालिक की भलाई करने में अपने आपे को विलकुल भुला दे, बहुत ही उत्तम और सुन्दर है, परतु इससे भी अधिक उत्तम और सुन्दर वह नम्रता और उदारता है कि जिससं मालिक अपने सुख को भूल कर अपने आधीनस्थ संवको और आश्रितों के सुख का ध्यान रखे । ऐसे आदमी की खुशी दसगुणी बढ़ जाती है और फिर उसे अपने नौकरों की शिकायत करने की जरूरत नहीं रहती । एक प्रसिद्ध मनुष्य का जिसके यहा बहुत से नौकर थे और जिसे कभी एक नौकर के भी हटाने की जरूरत नहीं हुई, कथन है कि “मेरे नौकर सदैव मुझ से प्रसन्न रहते हैं । यदि तुम इसका कारण पूछो तो मैं यही कह सकता हू कि मेरी शुरू से ही यह इच्छा रही है कि मैं उनके साथ वैसा ही व्यवहार करूँ जैसा कि मैं चाहता हू कि और लोग मुझ से व्यवहार करे ।” वस यही सफलता का रहस्य है । ऐसा करने से ही मनुष्य सर्व प्रकार के सुख लाभ कर सकता है और अप्रिय अवस्थाओं से निकल सकता है । यदि तुम यह कहते हो कि हम अकेले हैं, हम से कोई प्रेम का व्यवहार नहीं करता और इस संसार में हमारा कोई भी मित्र वा सहायक नहीं है, तो मैं यहां तुम से तुम्हारे ही हित के लिए यह प्रार्थना करता हूँ कि इस विषय में तुम अपने सिवाय और किसी को दोष मत दो । इसमें सर्वथा तुम्हारा ही दोष है । दूसरो के साथ मित्रता का व्यवहार करो, फिर देखो सैकड़ो आदमी तुम्हारे गिर्द आन कर जमा होजपगे । अपने आपको शुद्ध, सदाचारी और प्रेमपात्र बनाओ, फिर सब

तुम से प्रेम और स्नेह करने लगेंगे । फ़ारसी के प्रसिद्ध विद्वान शेख़सादी ने कहा है कि जहा कहीं पानी का भीठा चश्मा होता है वहां सब पशु पक्षी और मनुष्य अपने आप जमा हो जाते हैं ।

जो जो बातें तुम्हारे जीवन को दुःखदाई बना रही हैं, तुम उन सब को दूर कर सकते हो, यदि तुम अपने हृदय को शुद्ध कर लो और अपने मन को अपने वश में कर लो । चाहे तुम्हें निर्धनता सताये (स्मरण रहे यहा पर निर्धनता से तात्पर्य उस निर्धनता से है जो दुःख और विपत्ति का कारण है न कि उस निर्धनता से जो मुक्त जीवों के लिये गौरव की वस्तु है), चाहे धन संपदा तुम्हारे लिये जजाल हो और चाहे दुःख, कष्ट और शोक तुम्हें अप्रिय मालूम होते हो, तुम उन सब को दूर कर सकते हो, यदि तुम अपने भीतर से स्वार्थ को निकाल दो । स्वार्थ के कारण ही वे सब दुःख का कारण हो रहे हैं ।

कर्म का सिद्धांत अटल है । जैसा हमने पूर्व जन्म में किया, अथवा इसी जन्म में किया, उसका फल हम भोग रहे हैं । जैसा हम अब करेंगे, उसका फल आगे भोगेंगे । हम प्रतिक्षण पिछले कर्मों को उदय में लाते और आगे के लिये नवीन कर्मों का बंध करते हैं । मान लो कि किसी मनुष्य का धन चोरी चला गया अथवा किसी का पुत्र मर गया, अथवा कोई अपने पद से गिर गया तो समझना चाहिये कि उसने पूर्व में कुछ ऐसे बुरे कर्म किये होंगे कि जिनका यह बुरा फल उसे मिला । परन्तु इससे उसे निराश या हतोत्साह नहीं होना चाहिये, कारण कि उसमें नवीन कर्मों के करने की शक्ति है । उसे समझना चाहिये कि मैंने पहले कोई बुरा कर्म किया होगा, उसका यह फल मुझे

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

मिला । मैं इस फल को उदासीनता से भोग लूं और आगामी के लिए शुभ कर्मों का बंध करूँ कि जिससे आगामी में उनका अच्छा फल मुझे मिले । यदि इस समय में इन दुःखों को भोगते हुए अपने मन में दुःखी हूँगा तो यह मेरे लिये हानि का कारण होगा, कारण कि इस समय दुःख मनाने से अथवा कषाय करके दूसरे को दोष देने से मैं अपने लिए फिर अशुभ कर्मों का बंध बाँधूँगा और उसका बुरा फल फिर मुझे आगामी में भोगना पड़ेगा । जो मनुष्य दुःखों की उदासीनता के साथ सहन कर लेता है और अच्छे कामों के लिये उद्योग करता है और सच्चाई और ईमानदारी पर जमा रहता है, वह सदा सुखी और प्रसन्न रहता है ।

जो मनुष्य स्वार्थ में लिप्त रहता है, वह स्वयं अपना शत्रु और उसके चहुँ ओर शत्रु घिरे रहते हैं, परन्तु जो मनुष्य स्वार्थ को त्याग देता है, वह स्वयं अपना रक्षक है और उसकी रक्षा के लिये उसके चहुँ ओर मित्र घिरे रहते हैं । विशुद्ध हृदय मनुष्य के ईश्वरीय प्रकाश के सामने संपूर्ण अन्धकार नष्ट हो जाता है और मेघ पलायमान हो जाते हैं, अर्थात् जब मनुष्य का हृदय पवित्र हो जाता है तो उसमें से संपूर्ण विकार और कुत्सित भाव निकल जाते हैं । जिस मनुष्य ने अपने को वश में कर लिया है उसने मानों संपूर्ण संसार को जय कर लिया है । अतएव तुम भी अपनी इन्द्रियो को अपने वश में कर लो, अपने हृदय को विशुद्ध बना लो, अपने ऊपर अधिकार प्राप्त कर लो, तुम्हारी निर्धनता जाती रहेगी, और तुम्हारे संपूर्ण दुःख दूर हो जायेंगे फिर तुम्हें कोई शिकायत नहीं रहेगी, बस अधिक देर मत करो, स्वार्थपरता के फट पुराने चीथड़ों को अपने शरीर पर से उतार डालो और उसके स्थान में सर्वप्रेम के सुंदर वस्त्र को

अप्रिय अवस्थाओं से निकलने का मार्ग ।

धारण करो । उस समय तुमको अपने भीतर स्वर्ग दिखलाई देगा और उसका प्रतिबिम्ब तुम्हारे वाह्य जीवन पर पड़ेगा ।

जो मनुष्य दृढता के साथ आत्मत्याग और इन्द्रियनिग्रह के मार्ग पर कदम रखता है और विश्वास रूपी यष्टिका (लाठी) के सहारे चलता है उसे निश्चय से विजय और सफलता होगी और स्थाई और अपरिमित सुख की प्राप्ति होगी ।



५. मन की गुप्तशक्ति मानुषीशक्तियों को बश में रखना और सन्मार्ग पर लगाना ।



सार में सब से प्रबल शक्तियाँ वे हैं जो गुण और अभ्यक्त रूप से काम करती हैं और उनमें जितनी जिसकी शक्ति अधिक होती है उतनी ही वह सन्मार्ग पर लगाने से उपयोगी और कुमार्ग पर लगाने से हानिकर होती है । भाप, विजली आदि पदार्थों के विषय में तो यह बात प्रत्यक्ष है और सब कोई इसे जानते हैं, परन्तु ऐसे लोग अर्थात् बहुत ही कम हैं जो इस ज्ञान को मन के विषय में लगा सकें । मन में विचार शक्तियाँ जो सब से अधिक प्रबल होती हैं निरन्तर पैदा होती रहती हैं और सुख अथवा दुःख का रूप धारण करके सबत्र पहुँचती रहती हैं ।

जब मनुष्य उन्नति करने को इस अवस्था में पहुँच जाता है, तो वह इन सब शक्तियों पर अधिकार प्राप्त कर लेता है । इस स्थूल जगत् में मनुष्य की संपूर्ण बुद्धिमानी इस बात में है कि वह अपने मन को पूर्णतया अपने बश में रखे, स्वार्थ को अपने हृदय से सर्वथा निकाल दे । ईश्वर की आज्ञा है कि

“अपने शत्रुओं से भी प्रेम करो” इसके अर्थ यही है कि जो मानसिक शक्तियाँ मनुष्य को स्वार्थपरता और विषयवासना की ओर ले जाती हैं और जिनका वह दास बना हुआ है, उन्हें पूर्ण रूप से अपने वश में कर ले और उन पर अपना पूरा पूरा अधिकार जमा ले ।

यहूदी भविष्यद्वक्ताओं को ईश्वरीय नियमों का पूरा पूरा ज्ञान था । वे सदा बाह्य घटनाओं का आंतरिक विचारों से संबंध बतलाया करते थे, यहाँ तक कि समाज के उत्थान और पतन को वे उस समय के सामाजिक विचारों और भावों का कार्य बतलाते थे । विचार में कितनी प्रबल शक्ति है इसके ज्ञान से ही वे भविष्य-वाणी किया करते थे । वास्तव में यही ज्ञान सम्पूर्ण शक्ति और बुद्धिमानी का कारण है । सामाजिक घटनाएँ केवल समाज की मानसिक और आध्यात्मिक शक्तियों का परिणाम हैं । दुर्भिक्ष महामारी और संग्राम मानसिक शक्तियों के दुरुपयोग से पैदा होते हैं और ईश्वरीय नियमोंनुसार नाश का कारण होते हैं । किसी एक व्यक्ति अथवा एक समुदाय को युद्ध का कारण बतलाना मूर्खता है । इसका कारण पहले दर्जे की सामाजिक स्वार्थपरता ही है ।

धीरे धीरे काम करने वाली और सब पर असर डालने वाली यही विचार शक्तियाँ हैं जिनसे सब बातें प्रगट होती हैं । और तो क्या यह संपूर्ण संसार ही विचार से उत्पन्न हुआ है । पुद्गल के विषय में यदि काट छांट की जाय तो यही ज्ञात होगा कि पुद्गल केवल एक विचार है जो स्थूल रूप में आ गया है । मनुष्य के संपूर्ण कार्य पहले विचार रूप में थे, पीछे

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

स्थूल रूप में आप । अथकार, चित्रकार, शिल्पकार पहले अपने काम का नकशा अपने मन में बनाते हैं, अर्थात् वे जो कुछ लिखना या बनाना चाहते हैं, पहले उनका ढाँचा अपने मन में सोच लेते हैं, पीछे उसे वाह्य रूप में लाते हैं । भावार्थ, कोई भी काम हो, पहले उसका मन में विचार आता है, पीछे वह काम होता है ।

जब मानसिक शक्तियों का ईश्वरीय नियम के अनुसार सदुपयोग किया जाता है, तो उन से उत्तम और पवित्र विचारों को एसी पक्की इमारत बनती है कि जिस का कभी नाश नहीं होता परन्तु यदि उनका दुरुपयोग किया जाए तो उनसे यह इमारत कमज़ोर होकर अपने आप नष्ट होजाती है ।

यदि तुम अपने विचारों को उत्कृष्ट भलाई की सर्व शक्ति और उच्चता की ओर पूर्ण श्रद्धा से लगाओगे तो तुम उस भलाई के साथ मिल कर काम कर सकोगे और तुम्हें स्वयं अपने भीतर प्रत्येक बुराई तथा उसके नाश करने के कारण का अनुभव हो जाएगा । श्रद्धा करो, फिर तुम्हारा जीवन आनन्द से व्यतीत होगा । पहले सम्यक् श्रद्धा की ज़रूरत है । मुक्ति के वास्तविक अर्थ यही हैं । अर्थात् नित्य और अविनाशीक भलाई के अनन्त प्रकाश में प्रवेश करके तथा अपने मन में उस का पूर्णतया विचार और अनुभव करके बुराई के अंधकार से बचे रहना और उससे इन्कार करना ।

जहाँ कहीं भय, शङ्का, चिंता, व्यथा अथवा दुःख शोक और निराशा होती है वहाँ अज्ञानता और अश्रद्धा होती है । इन संपूर्ण मानसिक अवस्थाओं का कारण स्वार्थपरता और

चुराई को शक्ति में श्रद्धा का होना है । ऐसी श्रद्धा का होना नास्तिकता का सूचक है । जो मनुष्य ऐसी नीच और पतित मानसिक अवस्थाओं में जीवन व्यतीत करता है और उनके आधीन रहता है, वह वास्तव में नारितक है ।

ऐसी अवस्थाओं से प्रत्येक व्यक्ति और जाति को पृथक रहना चाहिये । जब तक मनुष्य उनके वश में है और उन का दास बन रहा है, तब तक उसको कदापि मुक्ति नहीं मिल सकती । भय खाना या चिंता करना ऐसा ही पाप है, जैसा कि किसी को श्राप देना, कारण कि जिस मनुष्य को नित्य न्याय, अनन्त प्रेम और भलाई की सर्वशक्ति पर दृढ़ विश्वास है, वह न तो कभी भय खा सकता है और न कभी चिंता कर सकता है । भय खाना, चिंता करना और शङ्का करना ईश्वर के अस्तित्व से इन्कार करना है ।

इन्हीं मानसिक अवस्थाओं से सर्व प्रकार की निर्वलता और असफलता देखने में आती है, कारण कि यह अवस्थाएँ विचार की उत्तम शक्तियों को काटने वाली और नाश करने वाली हैं । यदि ये अवस्थाएँ न होती तो यह शक्तियाँ अपने अभीष्ट को बलपूर्वक प्राप्त कर लेती और उनसे उत्तम और उपयोगी परिणाम निकलते ।

जो मनुष्य इन हानिकर अवस्थाओं पर विजय प्राप्त कर लेता है, अर्थात् इनको दूर कर देता है, वह उच्चतर जीवन में प्रवेश करता है और दासत्व के-बधन से निकल कर स्वामित्व पद को प्राप्त करता है । अब प्रश्न यह है कि इन अवस्थाओं पर विजय प्राप्त करने का क्या उपाय है ? केवल एक उपाय

सुख को प्राप्ति का मार्ग ।

है और वह यह कि मनुष्य दृढता के साथ अपने आंतरिक अर्थात् मानसिक ज्ञान की उन्नति करता रहे । केवल मन में घुराई से इनकार करना काफी नहीं है । प्रतिदिन उसकी असलियत को समझने और उसके छोड़ने का अभ्यास करना चाहिये । इसी प्रकार केवल मन में भलाई को स्वीकार करना काफी नहीं है । निरन्तर उसको समझने और प्रवृत्ति में लाने का उद्योग करना चाहिये ।

जो मनुष्य अपने को वश में करना जान जाता है, उसे अपनी भीतरी मानसिक शक्तियों का शीघ्र ज्ञान हो जाता है और धीरे धीरे उसे उन्हे सन्मार्ग पर लगाने की शक्ति भी प्राप्त हो जाती है । जितना तुम अपने ऊपर अधिकार प्राप्त करोगे और अपनी मानसिक शक्तियों के वश में होने के बजाय उनको अपने वश में करोगे, उतना ही बाह्य वस्तुओं और घटनाओं पर तुम्हारा अधिकार हो जायगा और उनको तुम समझने लगोगे ।

मुझे कोई ऐसा मनुष्य दिखलाओ कि जिसके स्पर्श करने से प्रत्येक वस्तु राख के समान चूर चूर हो जाती है और जो हाथ में आई हुई सफलता को भी नहीं रख सकता है । मैं तुम्हे सिद्ध कर दूंगा कि वह सदा मन की नीच और पतित अवस्थाओं में जीवन व्यतीत करता है । सदा सन्देह के कीचड़ में पड़े रहना, निरन्तर भय के बालू रेत में फँसे रहना, और रात दिन चितारूपी आंधी के भोंकों से परेशान रहना दास बनना है और दासत्व का जीवन व्यतीत करना है, चाहे प्रभुत्व, अधिकार और सफलता भीतर आने के लिये सदा द्वार को खटखटाती रहें । ऐसा मनुष्य श्रद्धाहीन

है, उसके भाव और विचार उसके वश में नहीं हैं, इस कारण वह अपने काम का ठीक प्रबन्ध नहीं कर सकता और घटनाओं का दास बन रहा है। वास्तव में वह अपना दास आप है। ऐसे मनुष्यों को विपत्ति शिक्षा देती है। और वे अन्त में बहुत कुछ अनुभव के बाद समय की नमी गर्मी सह कर निर्बलता से बल प्राप्त करते हैं।

श्रद्धा और संकल्प जीवन की मुख्य प्रेरक शक्तियाँ हैं। संसार में कोई भी कार्य ऐसा नहीं है कि जो अल्प विश्वास और दृढ़ सङ्कल्प के द्वारा पूरा न हो सके। प्रति दिन विश्वास के बल से मार्गसक शक्तियाँ एकत्र हो जाती हैं और प्रतिदिन संकल्प की दृढ़ता से वे शक्तियाँ काम के पूरा करने की तरफ लग जाती हैं।

संसार में चाहे तुम किसी भी स्थिति में हो, तुम उस समय तक किसी भी अश में शक्ति, लाभ और सफलता की आशा नहीं कर सकते कि जब तक तुम प्रति और सतोष के द्वारा अपनी मानसिक शक्तियों को एक ओर आकर्षित करना न सीखो संभव है कि तुम कारवारी आदमी हो और तुम्हें अज्ञानक किसी विपत्ति या कठिनाई का सामना करना पड़े। ऐसी दशा में तुम भयभीत हो जाते हो और चिंता में पड़ जाते हो कि क्या करें। स्मरण रहे कि ऐसी मानसिक अवस्था का बराबर बने रहना नाश का कारण है, कारण कि जब चिंता हो जाती है तो ठीक ठीक सोचने और समझने की शक्ति जाती रहती है। अब तुम यदि सवेरे उठते ही या संध्या के समय अवकाश पाने पर दो चार घड़ी के लिये किसी निर्जन स्थान में चले जाओ अथवा अपने घर में ही किसी एकांत स्थान में

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

चले जाओ कि जहा कोई बाधक न हो और वहां आराम से बैठ कर अपने मन से जबरदस्ती चिन्ता को निकाल कर उसे अपने जीवन की अन्य किसी उत्तम और सुखदायक वस्तु की ओर लगाओ तो निश्चय से तुम्हारे मन मे धीरे २ शांति आती जाएगी और तुम्हारी चिन्ता जाती रहेगी। जब कभी तुम अपने मन को भय और चिन्ता की अवस्था में आते देखो, उसो समय उसे वहां से हटा कर सन्तोष और शांति की ओर ले जाओ। जब तुम्हारे हृदय में पूर्णरूप से शांति हो जाए, तब तुम निर्भय होकर अपनी कठिनाई के दूर करने में अपने मन को लगाओ। जो बात तुम्हे भय और चिन्ता की अवस्था में कठिन और अज्ञेय मालूम होती थी, वही अब विलकुल सरल और स्पष्ट हो जाएगी और अब तुम निर्दोष सम्मति और पूर्णविचार शक्ति से स्पष्ट रूप से देख सकोगे कि कठिनाई को दूर करने का कौनसा सरल उपाय है और किस प्रकार इच्छितफल की प्राप्ति हो सकती है। सम्भव है कि तुम्हे अपने मन को वश में करने और अपने हृदय में शांति उत्पन्न करने के लिये लगातार कई दिन तक उद्योग करना पड़े, परन्तु यदि तुम दृढता से अपने कार्य में तत्पर रहोगे तो तुम्हे निश्चय से सफलता होगी। शांति की हालत में जो मार्ग तुम्हे दिखाई दे, उसमें प्रवृत्त रहना चाहिये। सम्भव है कि जब तुम फिर अपने दैनिक कार्य व्यवहार मे लगो और भय और चिन्ता तुम्हें आकर सताये, तो तुम यह सोचने लगोगे कि वह मार्ग ठीक नहीं है और उसके अनुसार प्रवृत्ति करना मूर्खता है, परन्तु तुम ऐसे विचारों को अपने मन में स्थान मत दो। जो बात तुम्हें शांति की हालत में, सूझी थी विल-

कुल उसके अनुसार कार्य करो, भय और चिन्ता के विचारों को और मत जाओ। शांति के समय सब बात साफ मालूम होती हैं और उस समय विचार शक्ति भी निदोष होती है। इस प्रकार मन को साधने से भिन्न भिन्न विचार की शक्तियाँ जो इधर उधर तितर बितर हो रही हैं, एकत्र होकर विचारणीय विषय की ओर लग सकती हैं और कठिनाई को दूर कर सकती हैं।

ससार में ऐसा कोई भी काम नहीं है कि जो एकाग्रचित्त होकर शांति से करने से आसान नहीं हो जाता और ऐसा कोई पदार्थ नहीं है कि जो आत्मिक शक्तियों को सावधानी और बुद्धिमानी से उपयोग में लाने से प्राप्त नहीं हो जाता।

जब तक मनुष्य अपनी भीतरी अवस्था का ध्यानपूर्वक विचार नहीं करता और अपने भीतरी शत्रुओं अर्थात् क्रोधादि कषायों और वासनाओं को जय नहीं करता, तब तक उसको विचार शक्ति की प्रबलता का ठीक ठीक अनुमान नहीं हो सकता और न इस बात का ज्ञान हो सकता है कि मन का बाह्य और स्थूल पदार्थों से कैसा कार्य करण का अविनाभावी सन्न्ध है और जीवन की भिन्न २ अवस्थाओं के समझने और उनके परिवर्तन करने से विचार में यदि उस की ठीक जांच करके उसे सभ्य मार्ग पर लगाया जाय तो कैसी और कितनी प्रबल शक्ति है।

प्रत्येक विचार जो तुम्हारे मन में आता है एक तीर के सदृश है। उसमें जितनी शक्ति और तेजी होगी, उसी के अनुसार वह दूसरे मनुष्यों के हृदयों में जाकर असर करेगा और

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

फिर लौट कर तुम पर अपना बुरा या भला असर डालेगा । एक मन का दूसरे मन से परस्पर में सम्बन्ध होता है और विचार शक्तियां बराबर एक दूसरे में आती जाती रहती है । स्वार्थ और अशांति के पैदा करने वाले विचार नीच और नाशक शक्तियां हैं, उन्हें दुष्टता के दूत समझना चाहिये । वे दूसरे मनुष्यों के मन में दुष्टता के विचार पैदा करने और उन्हें बढ़ाने के लिये भेजे जाते हैं, परन्तु उनके मन इन दुष्टता के दूतों अर्थात् दुष्टता के विचारों को और भी अधिक प्रबल बना कर उल्टा तुम्हारे पास भेज देते हैं । इसके विपरीत पवित्रता निःस्वार्थता और शांति के विचार देवदूतों के सदृश हैं जो स्वर्ग से इस पृथिवी पर सुख, शांति और ऐश्वर्य लाते हैं और दुष्ट और हानि कर शक्तियों को रोकते हैं, शोक और सताप का काला मुंह करके हर्ष और आनन्द उगन्न करते हैं और जो मनुष्य निराशा रूपी गड्ढे में पड़े हुए हैं उन्हें मुक्ति की आशा दिलाते हैं ।

अपने मन में उत्तम विचारों को स्थान दो । वे विचार शीघ्र ही तुम्हारे बाह्य जीवन में उत्तम अवस्थाओं के रूप में प्रकट होंगे । अपनी आत्मिक शक्तियों को अपने वश में रखो ऐसा करने से तुम अपने बाह्य जीवन को जैसा चाहो वैसा बना सकोगे । मुक्तिदाता और पापी मनुष्य में यही अन्तर है कि यह अपनी इन्द्रियों के वश में होता है, परन्तु उसकी इन्द्रियां उसके वश में होती हैं ।

वास्तविक शक्ति और स्थाई सुख की प्राप्ति को इसके सिवाय और कोई मार्ग नहीं है कि मनुष्य अपनी इन्द्रियों को अपने वश में रखे, और अपनी आत्मा को पवित्र बनावे । जो

मनुष्य अपनी इन्द्रियों के वश में होता है, वह सदैव निर्बल और दुःखी रहता है और संसार को उससे कोई लाभ नहीं पहुँच सकता। यदि तुम संसार में सुख और ऐश्वर्य प्राप्त करना चाहते हो तो तुम्हें उचित है कि राग द्वेष, काम क्रोध, लोभ मोह, रति अरति आदि मानसिक कषायों और वासनाओं को कम करो। जितना तुम अपनी मानसिक अवस्थाओं के आधीन रहोगे, उतना ही तुम इस जीवन में दूसरों के आश्रय रहोगे और बाह्य सहायता की इच्छा करोगे। यदि तुम शांति और दृढता से जीवन व्यतीत करना चाहते हो और प्रत्येक कार्य को पूर्णरूप से करना चाहते हो तो तुम्हें आवश्यक है कि अपने मन की संपूर्ण बाधा डालनेवाली और समय समय पर बदलने वाली अवस्थाओं को अपने वश में करना सीखो। तुम्हें प्रतिदिन एकांत में बैठ कर अपने चित्त को एकाग्र करने का अभ्यास करना चाहिये। इसी का नाम ध्यान करना है। ध्यान करने से चित्त दूर होकर मन में शांति उत्पन्न होती है और निराशा और निर्बलता के विचार निकल कर मन में शक्ति और अशा का संवत्सर होता है। तब तक तुम्हें ऐसा करने में सफलता न होगी, जब तक तुम अपने जीवन के कार्यों और उद्देश्यों में अपनी मानसिक शक्तियों से सफलतापूर्वक काम लेने की आशा नहीं कर सकते। यह एक ऐसा उपाय है कि इससे मनुष्य अपनी भिन्न भिन्न तितर बितर हुई शक्तियों को एक मार्ग पर लगा सकता है और जो चाहे सो कर सकता है। जिस प्रकार किसी निकम्मी दल दली ज़मीन को उसके इधर उधर गड्ढों में भरे हुए पानी का एक अच्छी नाली में ले जाकर एक हरे भरे लहलहाते हुए

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

खेत या फले फूले बागीचे के रूप में पदल सकते हैं, उसी प्रकार जो मनुष्य शांति प्राप्त करता है और अपने आंतरिक विचारों को अपने वश में करके सन्मार्ग पर लगाता है, वह अपनी आत्मा को मुक्त करता है, और अपने हृदय और जीवन को मालामाल करता है ।

जितना तुम अपने भावों, इच्छाओं और विचारों को अपने वश में करने में सफलता प्राप्त करोगे, उतना ही तुम अपने भीतर एक नवीन और अव्यक्त शक्ति उत्पन्न होते हुए देखोगे और तुम्हें शांति और बल प्राप्त होगा । तुम्हारी भीतरी अव्यक्त शक्तियां स्वयमेव प्रकट होने लगोगी । इससे पहले तुम्हारा उद्योग निर्बल और निष्फल रहता था, परन्तु अब तुम शांतचित्त होकर काम करने लगोगे और सफलता तुम्हें अवश्य प्राप्त होगी । इस नवीन शक्ति और शांति के साथ तुम्हारे भीतर एक प्रकाश उत्पन्न होगा जिसका नाम ब्रह्मज्ञान वा ईश्वर-दर्शन है । अब तुम्हारा अज्ञान और अधकार जाता रहेगा और तुम्हें प्रत्येक वस्तु स्पष्ट रूप से प्रत्यक्ष दिखाई देने लगोगी । इस ईश्वर-दर्शन और 'आत्म ज्ञान के साथ तुम्हारी बुद्धि और विचार शक्ति भी बढ़ जायगी और तुम्हारे भीतर वह शक्ति पैदा हो जायगी कि जिसके द्वारा तुम भावी घटनाओं को पहिले से ही जान सकोगे और अपने श्रम उद्योग का फल भी ठीक-२ पहिले से ही विचार सकोगे । जितना परिवर्तन तुम्हारी आंतरिक अवस्था में होगा उतना ही तुम्हारे बाह्य कार्यों में भी होगा एवम् दूसरों के प्रति तुम्हारी मानसिक अवस्था में जितना परिवर्तन होगा, उतना ही तुम्हारे प्रति उनकी मानसिक अवस्था में भी

परिवर्तन होगा। जितनी तुम विचार की नीच, पतित, निर्बल और नाशक शक्तियों पर विजय प्राप्त करोगे, उतनी ही उच्च, पवित्र, और प्रबल विचारों से उत्पन्न होने वाली शक्तिपट्ट और उन्नतिशील लहरे तुम्हारी भीतर प्रकट होगी। तुम्हारे हर्ष की कोई सीमा न रहेगी और तुम उस बल, शक्ति और आनन्द का अनुभव करने लगोगे कि जो केवल इन्द्रिय-निग्रह और आत्म-विजय से उत्पन्न होते हैं। यह बल, शक्ति और आनन्द स्वतः स्वयमेव सूर्य के प्रकाश की भांति निरन्तर दूसरो पर अपना प्रभाव डालते रहेंगे। तुम्हें इसका ज्ञान तक भी न होगा। दृढ चित्त मनुष्य स्वतः तुम्हारे चहुँ ओर जमा रहेंगे और तुम्हारा प्रभाव दिन दिन बढ़ता जाएगा। जितना तुम्हारे विचारों में परिवर्तन होगा, उतना ही तुम्हारे बाह्य जीवन में भी परिवर्तन होगा।

मनुष्य के शत्रु उसी के घर के लोग होते हैं। जो मनुष्य अपने को उपयोगी और बलवान् बनाना चाहता है और प्रसन्न चित्त रहना चाहता है, उसे आवश्यक है कि गंदे, नापाक और घृणित विचारों को अपने मन में न आने दे। जिस प्रकार किसी घर का बुद्धिमान् स्वामी अपने सेवकों पर शासन करता है और अपने मित्रों और अतिथियों को आमन्त्रित करता है, उसी प्रकार यह भी आवश्यक है कि वह अपनी इच्छाओं को अपने वश में करे और बल पूर्वक कह सके कि मैं अमुक विचारों को ही अपने मन में प्रवेश करने दूंगा। जो मनुष्य अपनी इन्द्रियों को अपने वश में करने और अपनी इच्छाओं का निरोध करने में तनिक भी सफलता प्राप्त कर लेता

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

है, उसकी शक्ति बहुत कुछ बढ़ जाती है और जो मनुष्य स्वार्थ-परता, और इन्द्रियलोलुपता को बिलकुल निकाल देता है अर्थात् जिसकी इन्द्रियां जिसके वश में हो जाती है और जो अपने विचारों पर पूरा अधिकार प्राप्त कर लेता है, उसके अन्तरंग में अपूर्व शक्ति और शांति का प्रादुर्भाव होता है और उस बुद्धि का विकास होता है कि जिस का कभी उसने स्वप्न में भी अनुमान नहीं किया था । वह अब इस बात का अनुभव करने लगता है कि ससार की जितनी भी शक्तियां हैं, वे सब उसकी रक्षा और सहायता के लिए तैयार हैं, जिसकी इन्द्रियां जिसके वश में हैं और जो अपनी आत्मा का सर्वाधिकार सम्पन्न स्वामी है ।



५. स्वास्थ्य, सफलता और शक्ति प्राप्त करने का गुप्त रहस्य ।



मनुष्य प्रतिदिन अपने हृदय में उत्कृष्ट भलाई और नेकी को स्थान देने का उद्योग करते हैं, वे निश्चय से वारतविक सुख, स्वास्थ्य और सम्पत्ति को प्राप्त करते हैं। भलाई और नेकी की बराबर कोई रक्षा नहीं है। भलाई से मेरा तात्पर्य केवल

यह नहीं है कि सदाचार के नियमों का बाह्य में पालन किया जाए, किन्तु यह अभिप्राय है कि हमारे विचार विशुद्ध और पवित्र हों, हमारी आकाक्षाएं उच्च हों, हमारा प्रेम निःस्वार्थ हो और हम में व्यर्थ का थोथा अभिमान न हो। सदा सद्बिचारों में जीवन व्यतीत करना मानो अपने चहुँ ओर शक्ति और प्रेम की वायु बहाना है, जिसका उन समस्त मनुष्यों पर प्रभाव पड़ता है कि जो उस वायु में स्वास लेते हैं।

जैसे सूर्य के प्रकाश से निर्मूल अन्धकार का नाश हो जाता है उसी प्रकार विशुद्ध हृदय और दृढ़ विश्वासी मनुष्य के प्रबल विचारों की सर्वव्यापी किरणों के आगे बुराई की संपूर्ण

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

निर्बल शक्तियां नष्ट हो जाती हैं और उनका कही चिन्ह भी नहीं रहता ।

जहां कहीं दृढ विश्वास, सम्यक् श्रद्धान और पवित्रता का सद्भाव होता है, वहां पर शक्ति, स्वास्थ्य और सफलता तीनों मौजूद होती हैं । ऐसी अवस्था में गीग, आपदा और असफलता कदापि नहीं ठहर सकती, कारण कि उनकी पुष्टि के लिए वहां कोई वस्तु नहीं होती ।

शारीरिक अवस्थाएं भी अधिकतर मानसिक अवस्थाओं पर निर्धारित होती हैं विज्ञान-शास्त्र भी इस सिद्धान्त को मानता जाता है । जो लोग मन और आत्मा को भी नहीं मानते थे और कहते थे कि मनुष्य केवल शरीर पर बना हुआ है, अर्थात् शरीर के अतिरिक्त और कोई वस्तु नहीं है, उनका श्रद्धान भी अब पुराना हो चला है और वे इस श्रद्धान को छोड़ते जाते हैं । अब उनका यह विश्वास हो चला है कि मनुष्य अपने शरीर से उच्चतर है, अर्थात् मनुष्य में शरीर से बढ़ कर भी कोई वस्तु है और उसका शरीर वही है जो वह अपनी मानसिक शक्ति से बनाता है । दूसरे शब्दों में शरीर पर मनुष्य के मानसिक विचारों का भारी प्रभाव पड़ता है । अब लोग इस विश्वास को छोड़ते जाते हैं कि अमुक मनुष्य को अजीर्ण है, इस कारण वह उदास और अप्रसन्न रहता है किन्तु इसके विपरीत यह विश्वास करते जाते हैं कि अमुक मनुष्य को इस कारण से अजीर्ण है कि वह उदास और अप्रसन्न रहता है और भविष्य में एक ऐसा समय आने वाला है कि जब सब को यह बात ज्ञात हो जायगी कि जितने भी रोग हैं उन

स्वास्थ्य, सफलता और शक्ति प्राप्त करने का गुप्त रहस्य ।

सब का कारण मनुष्य का मन है, अर्थात् भिन्न भिन्न मानसिक अवस्थाओं के कारण ही मनुष्य भिन्न भिन्न रोगों में ग्रसित रहते हैं ।

दुनिया में ऐसी कोई बुराई या बीमारी नहीं है कि जो मन से पैदा न हुई हो । हर एक बुराई और बीमारी का कारण मन है । रोग, शोक, दुःख और संताप का सम्बन्ध सांसारिक नियमों से नहीं है और न उनका पृथक् अस्तित्व ही है, वे सब इस कारण से पैदा होते हैं कि हम पदार्थों के वा तत्विक संबंध से अपरिचित हैं ।

कहा जाता है कि भारतवर्ष में किसी समय में ऐसे तत्व ज्ञानी रहा करते थे कि जो ऐसी सादगी और पवित्रता का जीवन व्यतीत करते थे कि उनके कारण उनकी आयु साधारणतया डेढ़ सौ वर्ष की हुवा करती थी और बीमार पड़ना उनके लिये अक्षय्य और अपमान का कारण समझा जाता था, कारण कि उससे ज्ञात होता था कि उन्होंने प्राकृतिक नियमों की श्रवणा की है ।

जितनी जल्दी हमें इस बात का अनुभव और ज्ञान हो जायगा कि बीमारी इस कारण से नहीं आई है कि ईश्वर ने क्रोध में आकर हमको अनुचित दण्ड दिया है, उतनी ही जल्दी हम स्वास्थ्य के पथ पर लग जायेंगे । बीमारी तुम्ही लोगों को आती है जो बीमारी को अपनी ओर आकर्षित करते हैं और जिनके मन और शरीर बीमारी को ग्रहण करते हैं । उन लोगों

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

से बीमारी कोसों दूर भागती है जिनका दृढ़, पवित्र और प्रबल विचार स्वास्थ्यप्रद अवस्था उत्पन्न करता है ।

यदि तुम क्रोध, मान मोया, लोभ, ईर्ष्या, द्वेष अथवा अन्य किसी वासना के अधीन रहते हो और फिर इस बात की आशा करते हो कि तुम्हारा स्वास्थ्य अच्छा रहे, तो तुम निश्चय से असम्भव बात की आशा करते हो, ऐसा कदापि नहीं हो सकता । कारण कि तुम तो निरन्तर अपने मन में बीमारी के बीज बो रहे हो । बुद्धिमान मनुष्य ऐसी अप्रिय मानसिक अवस्थायें गंदे नाले और उस मकान से भी अधिक भयकर हैं कि जिसमें प्लेग या हैजा फैल रहा हो ।

यदि तुम शारीरिक व्याधियों से बचे रहना और पूर्ण रूप से स्वास्थ्य लाभ करना चाहते हो, तो अपने मन को निश्चित रखो और अपने विचारों को एक और लगाओ । हर्ष और आनन्द के विचार सोचो प्रेम और वात्सल्य के भाव अपने मन में लाओ और नेकनियती का अपनी नस नस में असर होने दो । फिर तुम्हें किसी औषधि की ज़रूरत नहीं रहेगी । अपने मन से ईर्ष्या, द्वेष, भय, रांका, चिंता और स्वार्थ के विचारों को एकदम निकाल डालो, तुम्हारी अजीर्ण और मंदाग्नी आदि की तमाम शिकायतें तत्काल दूर हो जायेंगी, परन्तु यदि तुम अपनी हट से इन दुर्वासनाओं को अपने मन से न निकालोगे तो फिर इस बात की शिकायत मत करना कि तुम्हारा शरीर व्याधियों में ग्रसित है ।

हम एक कहानी सुनाते । उससे आप को यह बात स्पष्ट प्रकट हो जाएगी कि मानसिक विचारों और वासनाओं का शारीरिक अवस्थाओं से बड़ा घनीष्ट, सम्बन्ध है । एक मनुष्य किसी रोग में ग्रसित था । रोग, सख्त था । उसने कई हकीमों का इलाज किया, परन्तु कुछ भी लाभ नहीं हुआ । तब वह ऐसे स्थानो पर गया जहाँ पर जलवायु रोगनाशक समझा जाता था, परन्तु वहाँ जाने से भी उसे कुछ लाभ नहीं हुआ उसका रोग ज्यों का त्यों बना रहा । एक रात को उसने यह स्वप्न देखा कि एक देव ने उसके पास आकर पूछा कि क्या तूने सर्व प्रकार के इलाज कर लिये ? उसने उत्तर दिया, हाँ, मैंने सर्व प्रकार के इलाज कर लिये । इस पर देव ने कहा, अच्छा मेरे साथ आ, मैं तुझे पानी का चश्मा दिखाऊँगा जिसे तूने आज तक नहीं देखा है । वह बेचारा उसके पीछे २ हो लिया देव उसे पानी के एक साफ सुथरे चश्मे पर ले गया और बोला, ले इस पानी में डुबकी लगा । तेरा सारा रोग जाता रहेगा । यह कह कर देव अदृश्य हो गया । रोगी ने पानी में डुबकी लगाई और पानी से बाहर निकलते ही उसने देखा कि उसका सारा रोग जाता रहा । इसके साथ ही उसने चश्मे पर त्याग, शब्द को लिखा हुआ देखा । इतने में ही उसकी आंख खुल गई और जो स्वप्न उसने देखा था उसके पूरे पूरे अर्थ उसकी समझ में आ गए । विचार करने से उसे मालूम हुआ कि वह अब तक एक पाप का भागी बन रहा है । उसी कारण से रोग ने उसका पीछा नहीं छोड़ा । उसने अपने जी में पश्चात्ताप किया और तुरन्त प्रतिज्ञा ले ली कि मैं अब से इसका जीते जी त्याग करता हूँ । उसने वास्तव में अपनी प्रतिज्ञा का

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

पालन किया और उसी दिन से उसका रोग कम होने लगा, यहाँ तक कि थोड़े ही दिनों के बाद वह बिलकुल अच्छा हो गया ।

बहुत से लोगों का यह विश्वास होता है कि अधिक कार्य करने से उनका स्वास्थ्य बिगड़ गया है। ऐसी बहुत सी अवस्थानों में प्रायः स्वास्थ्य इस कारण बिगड़ जाता है कि लोग अपनी मूर्खता से अपनी शक्ति को नष्ट कर देते हैं। यदि तुम अपने स्वास्थ्य को बनाये रखना चाहते हो तो तुम्हें शांति चिन्त होकर काम करना चाहिये। चिन्ता करना, अथवा धबड़ा जाना, अथवा सदा विदी की चिदी निकालना और व्यर्थ में काम को बढ़ा लेना स्वास्थ्य के लिए हानिकर है और रोग को स्वयमेव बुलाना है। काम चाहे शारीरिक हो चाहे मानसिक सदा उपयोगी और स्वास्थ्यप्रद होता है। जो मनुष्य भय और चिन्ता से मुक्त होकर और अपने मन को सर्व वस्तुओं से हटा कर केवल जो काम सामने है, उसकी ओर लगाता है, और जम कर शांति से काम करता है, वह उस मनुष्य की अपेक्षा जो सदा चिन्तित रहता है केवल अधिक काम ही नहीं करेगा, किन्तु अपने स्वास्थ्य को भी सुरक्षित रख सकेगा। इसके विपरीत जो मनुष्य निरन्तर भय और चिन्ता ग्रसित रहता है, उसका स्वास्थ्य शीघ्र ही बिगड़ जाता है।

स्वास्थ्य और सफलता दोनों में कार्य कारण का सम्बन्ध है। अर्थात् जिस मनुष्य का स्वास्थ्य अच्छा है, उसे अवश्य सफलता होगी, कारण कि इन इन दोनों बातों का विचार रूपी जगत् में पारस्परिक संबन्ध है और वह सम्बन्ध कदापि टूट नहीं सकता। जिस प्रकार मानसिक अवस्था के उत्तम होने

स्वास्थ्य, सफलता और शक्ति प्राप्त करने का गुप्त रहस्य ।

से मनुष्य की शारीरिक अवस्था उत्तम होती है उसी प्रकार मन के द्वारा मनुष्य अपने कार्यों में सफलता प्राप्त कर सकता है। अपने विचारों को उत्तम रीति से तरतीब दो, तुम्हारा जीवन भी उत्तम ही हो जायगा। यदि तुम अपनी कषायों और वासनाओं की भयकर लहरों पर शांति का तेल डालो अर्थात् शांति धारण करो, तो दुर्भाग्य और विपत्ति की आंधियाँ चाहे वह कितने ही जोर से चलें तुम्हारी आत्मिक नौका में जब कि वह जीवन रुपी समुद्र में चल रही है, किसी प्रकार की हल चल पैदा नहीं कर सकती, और यदि उस नौका का नाविक दृढ़ विश्वासी और प्रसन्न चित्त मनुष्य हो तो नौका सीधे देखटके चली जायगी और विपत्तियों से निकल कर अपने अभीष्ट स्थान पर सुरक्षित पहुँच सकेगी। परन्तु हां, यदि नाविक दृढ़ विश्वासी और प्रसन्न चित्त न हो तो नौका का विपत्तियों से बचना कठिन है। विश्वास के बल से प्रत्येक कार्य की पूर्ति हो सकती है। ईश्वर पर विश्वास रखना, ईश्वरीय नियम पर विश्वास करना, अपने कार्य पर विश्वास करना तथा अपनी शक्ति पर विश्वास करना, सफलता प्राप्त करने का गुर है। अब प्रश्न यह है कि विश्वास किसे कहते हैं? प्रत्येक दशा में अपने मन की सर्वोच्च भावनाओं से काम लेना अपने शुद्ध अन्तःकरण पर श्रद्धा करना और अपने उद्देश्य की पूर्ति के लिये निर्भय होकर शांति से उद्योग करना और इस बात का निश्चय करना कि भविष्य में हमारे प्रत्येक विचार और प्रत्येक कार्य का हमें बदला मिलेगा और दुनिया के नियमों में भूल नहीं हो सकती, जो कुछ हमारा है, उसका एक एक कण हमें मिलेगा। इसी का नाम सच्चा विश्वास है।

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

ऐसे विश्वास के बल से सर्व प्रकार के संदेह दूर हो जाते हैं-
कठिनाइयों के पहाड़ चूर २ हो जाते हैं और सम्यक् श्रद्धान युक्त
आत्मा निःशङ्क चली जाती है । अतएव पाठक गण, प्रत्येक वस्तु
को छोड़ कर सब से प्रथम इस निःशङ्क श्रद्धान और अटल
विश्वास को प्राप्त करने का उद्योग करो, कारण कि इस प्रकार
का श्रद्धान मनुष्य को सुख, सफलता और शक्ति के प्रदान करने
में और उसके जीवन को सर्व प्रकार के दुःखों से बचाने में और
उच्चतर बनाने में जादू का काम देगा । इस प्रकार के सम्यक्
श्रद्धान पर जो इमारत बनाई जाएगी, वह स्थाई होगी और दृढ
होगी । ईंट और पत्थरों से बनी हुई इमारतों की अपेक्षा वह कहीं
अधिक उत्तम होगी, कारण कि वे समय पाकर नष्ट होजाती हैं,
परन्तु यह इमारत कभी नष्ट नहीं होगी । चाहे तुम दुःख और
विपत्ति से ग्रसित हो, चाहे हर्ष और आनन्द के शिखर पर
आरूढ़ हो, प्रत्येक अवस्था में इस श्रद्धान पर अटल जमे रहो,
इसी को अपना एक मात्र अवलम्ब समझो और इसी की नित्य,
अविनाशी दृढ नीव पर अपना पैर जमा कर रखो । यदि तुम
इस श्रद्धान पर अविचल रूप से जमे रहोगे तो तुम में ऐसा
आध्यात्मिक बल आजाएगा कि तुम पाप और बुराई की शक्तियों
को काँचके खिलौने की तरह चकनाचूर कर दोगे और तुम्हें ऐसी
सफलता प्राप्त होगी कि वह उस मनुष्य को स्वप्न में भी नहीं
आ सकती कि जो केवल सांसारिक धन सम्पदा की अभिलाषा
रखता है । यदि तुम्हें सम्यक् श्रद्धान है और किसी प्रकार की
शका या संदेह नहीं है तो तुम्हें केवल वही नहीं मिलेगा कि जिस
का ऊपर उल्लेख किया गया है, किंतु तुम्हारी शक्ति यहाँ तक

स्वास्थ्य, सफलता और शक्ति प्राप्त करने का गुप्त रहस्य ।

बढ़ जाएगी यदि तुम किसी पहाड़ से भी कहोगे कि यहाँ से हट जा और टूट कर समुद्र में गिर जा, तो यह भी संभव है ।

इस समय भी ऐसे स्त्री पुरुष मौजूद हैं कि जिन्होंने इस सम्यक् श्रद्धान को भली भाँति समझ लिया है और जो रात दिन इसी में और इसी के द्वारा जीवन व्यतीत करते हैं तथा जिन्होंने इसकी बहुत कुछ परीक्षा कर ली है । उसी का यह परिणाम हुआ है कि उन्होंने शांति और विभव प्राप्त किया है । उन के केवल मुँह से शब्द निकालने की देर थी कि दुःख शोक, विपत्ति, निराशा और मानसिक वा शारीरिक वेदना के पहाड़ उनके आगे से हट गए हैं और त्रिस्मृति के समुद्र में डूब गए हैं ।

यदि तुम्हें इस प्रकार का दृढ़ श्रद्धान है तो तुम्हें अपनी भावी सफलता या असफलता की चिंता करने की ज़रूरत नहीं है । तुम शांति और आनंद के साथ अपने काम को किये जाओ और यह जान लो कि सद्भिचारों और सद्कार्यों से अवश्य शुभ परिणाम निकलेगे ।

मैं एक स्त्री को जानता हूँ कि जिसने अनेक प्रकार के सुख प्राप्त हैं । थोड़े दिन हुए मेरे एक मित्र ने उससे कहा कि अहा, तुम कैसी भाग्यवान् हो । केवल तुम्हें इच्छा करने की देर रहती है । इच्छा करते ही तुम्हें वस्तु की प्राप्ति हो जाती है । निःसन्देह देखने में तो ऐसा ही मालूम होता है, परन्तु वास्तव में जो सुख उसे प्राप्त हैं वह सब उसके मानसिक सुख का परिणाम है कि जिसके लिये वह शुरू से उद्योग

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

कर रही है । जब से उसे ज्ञात हुआ है, वह बराबर अपने मन को सधाने और अपनी आत्मा को पवित्र करने के प्रयत्न में लगी हुई है । केवल चाहने से या किसी चीज़ की इच्छा करने से तो सिवाय निराशा के और कुछ नहीं मिलता । हाँ यदि कुछ मिलता है तो उत्तम जीवन व्यतीत करने से, उत्तम जीवन का ही कुछ प्रभाव पड़ता है । मूर्ख लोग केवल इच्छा करते रहते हैं और जब उन्हें कुछ नहीं मिलता तो वे बड़बड़ाने लगते हैं, परन्तु बुद्धिमान पुरुष काम करते हैं और फल की प्रतीक्षा करते हैं । उक्त स्त्री ने जो कुछ भी प्राप्त किया था, वह सब अपने उद्योग द्वारा । उसने अपने अंतरंग को सुधारा था, अपने मन को सधारा था और अपनी आत्मा को विशुद्ध बनाया था । उसने अपनी आत्मा के आसाधारण और अदृश्य हाथों से आशा, विश्वास, प्रेम, आनन्द और भक्ति के बहुमूल्य हीरों से प्रकाश का एक सुन्दर और रमणीक मन्दिर बनाया था जिसकी प्रकाशमान किरणें सदैव उसके चहुँ और फैली रहती थी । वे किरणें उसकी आंखों में चमकती थीं, उसकी आकृति से प्रकट होती थी, उस के शब्दों में धर २ करती थीं और जो लोग उस के सामने आते थे उन पर उन किरणों का जादू जैसा असर पड़ता था और वे सब उसके भक्त होते जाते थे ।

जैसा उक्त स्त्री का हाल है, वैसा ही तुम्हारा है । तुम्हारी सफलता, तुम्हारी असफलता, तुम्हारा प्रभाव और तुम्हारे जीवन के संपूर्ण कार्य तुम्हारी अवस्था में इस बात के साक्षी हैं कि तुम्हारे मन में किस प्रकार के विचारों का असर है यदि तुम प्रेम, पवित्रता और आनन्द के विचारों को प्रकाशित करोगे तो तुम्हें सुख और ऐश्वर्य प्राप्त होगा और शान्ति मिलेगी ।

स्वास्थ्य, सफलता और शक्ति प्राप्त करने का गुप्त रहस्य ।

इसके विपरीत यदि तुम घ्रणा, डेष, अपवित्रता और अप्रसन्नता के विचारों का प्रकाश करोगे तो सब कोई तुम्हारी निंदा करेंगे और तुम सदैव भय और चिंता में ग्रसित रहोगे। तुम स्वयं अपने अच्छे वा बुरे भाग्य के बनाने वाले हो। प्रतिक्षण तुम्हीं से ऐसे भाव वा विचार प्रकट होते रहते हैं कि जिन सं तुम्हारा जीवन सुधरता है या निगडता है। अपने हृदय को उदार, निःस्वार्थ और प्रेममय बनाओ, उससे तुम्हारा प्रभाव अधिक होगा और तुम्हें स्थाई सफलता प्राप्त होगी, चाहे, तुम्हारे पास धन कुछ भी न हो। परन्तु इसके विपरीत यदि तुम अपने को स्वार्थ की चार दिवारी के भीतर बन्द रखोगे तो चाहे तुम लखपति वा कौड़पति क्यों न हो, तुम्हारा प्रभाव कुछ भी नहीं होगा और न तुम्हें कुछ सफलता प्राप्त होगी।

अतएव तुम अपने में इस पवित्र और निःस्वार्थ भाव को उत्पन्न करो और विश्वास और पवित्रता से काम करने के अतिरिक्त अपने शुभ संकल्प में दृढ़ रहो। ऐसा करने पर तुम्हारे मन में ऐसी वात उपजेंगी और ऐसे भाव प्रकट होंगे कि जिनसे तुम्हें केवल उत्तम स्वास्थ्य और स्थाई सफलता ही प्राप्त नहीं होगी, किन्तु तुम्हारा बल और प्रभाव भी बढ़ेगा।

चाहे तुम अपनी वर्तमान अवस्था से अप्रसन्न हो और तुम्हारा जी काम में न लगता हो, तो भी तुम जहां तक हो सके अपने कर्तव्य का श्रम और साहस से पालन किये जाओ और अपने मन में यह विश्वास रखो कि इससे अच्छी अवस्था और अच्छे अवसर तुम्हारी वाट जोह रहे हैं। सदा नई निकलने वाली सूरतों की जोह में रहो कि जिससे जब

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

कभी अवसर मिले और नया मार्ग दिखलाई दे, तो भट तुम उस पर लग जाओ और बुद्धिमानी, सावधानी और दूरदर्शिता से काम करने के लिये तैयार होकर इस नये काम में तन मन से उद्योग करने लगे ।

चाहे तुम्हारा काम कुछ हो, तुम उसको तन मन धन से एकाग्र चित्त होकर करो और अपनी ओर से कोई भी कसर उठा न रखो । यदि तुम छोटे छोटे कामों को पूरी तौर से कर लोगे तो बड़े बड़े काम भी अवश्य कर सकोगे । इस बात का सदैव ध्यान रखो कि धीरे धीरे उन्नति करते हुए ऊपर चढ़ो । ऐसा करने से तुम कदापि नीचे नहीं गिर सकोगे । वास्तविक शक्ति के प्राप्त करने का यही मार्ग है निरन्तर इस बात का स्मरण रखो कि तुम अपनी योग्यता से कैसी उत्तमता से काम ले सकते हो और उसे जब चाहे किसी काम में लगा सकते हो । मूर्ख मनुष्य अपनी सम्पूर्ण मानसिक और आत्मिक शक्ति को छिछोरपन, व्यर्थ की बकवाद, और स्वार्थ-युक्त बातों में नष्ट कर देते हैं और साथ में बुरे कामों के करने से अपनी शारीरिक शक्ति को भी नष्ट करते रहते हैं ।

यदि तुम प्रबल शक्ति प्राप्त करना चाहते हो तो तुम्हें शांति धैर्य और गम्भीरता से काम लेना चाहिये । तुम्हें स्वयं अपने पैरों से खड़ा होना सीखना चाहिये । दूसरों की सहायता के भूखे मन रहो, सपूर्ण शक्ति स्थिरता और दृढता से सम्बन्ध रखती है । देखो चट्टान, पहाड़ और बलूत के पेड़ से जिसने बड़ी बड़ी आंधियों को सहन कर लिया है शक्ति प्रकट होती है, कारण कि इनमें से हर एक भारी और बलवान् है और अपने

स्वास्थ्य, सफलता और शक्ति प्राप्त करने का गुप्त रहस्य ।

स्थान पर इस प्रकार स्थिर है कि कोई हिला नहीं सकता । परन्तु इसके विपरीत उडती हुई रेत, झुकती हुई टहनी, और हिलती हुई किल्क (नगकुल) से निर्वलता प्रकट होती है कारण कि ये सब हिलने वाली चीजें हैं और विरोधी शक्ति का मुकाबला नहीं कर सकती और जब अपने साथियों से पृथक् हो जाती हैं उस समय किसी भी काम की नहीं रहती अर्थात् रेत का एक कण पेड़ की एक टहनी और किल्क का एक सरकंडा स्वयमेव कुछ भी शक्ति नहीं रखता । वास्तव में वही मनुष्य बलवान है कि जो अपने साथियों के किसी न किसी प्रकार की वासना में ग्रसित हो जाने पर भी स्वयं शांत गंभीर और स्थिर रहता है ।

वही मनुष्य दूसरों पर शासन कर सकता है और उनको अपने वश में रख सकता है कि जिसने स्वयं अपने को वश में कर लिया हो । जो लोग सिड़ी और दीवाने हैं, कायर और डरपोक हैं और विचाग्गुन्य हैं और जिनमें बुद्धि और गम्भीरता नहीं है, उनको चाहिये कि वे और लोगों के साथ रहें नही तो निर्वल और असहाय होकर गिर पड़ेंगे, परन्तु जो मनुष्य शांत, गम्भीर निर्भीक, बुद्धिमान् और दूरदर्शी हैं, उन्हें चाहिये कि वे अकेले जंगल, और पहाड़ों में चले जाय । ईश्वर उनकी शक्ति को और भी अधिक बढ़ा देगा और वे उन भयकर मानसिक लहरों और भँवर से जो मनुष्य को विपत्ति के समुद्र में गिरा देती हैं, बचकर निकल जाएंगे ।

वासना में शक्ति नहीं है । इससे तो शक्ति का दुरुपयोग होता है और विनाश भी होता है । वासना एक तेज़ आधी के

मुख की प्राप्ति का मार्ग ।

समान है कि जो मजबूत चट्टानों को दीवार से जोर से टक्करें मारती रहती है और शक्ति चट्टान के सदृश है कि जो आंधी में चुपचाप और निष्कृण्य रहती है । एक वात मार्टिन लूथर को उसके मित्रों ने वर्म्स नामक स्थान में जाने से मना किया और उसका कारण यह था, कि उन्हें इस वात का भय था कि यदि वह वहां पर जायगा तो मारा जायगा । इसके उत्तर में लूथर ने कहा कि चाहे वहां पर मेरे कितने ही शत्रु हों, परन्तु वहां मैं अवश्य जाऊंगा । इसका नाम सच्ची भक्ति है । इसी प्रकार जब बेजमिन डिजरेली पहले पहल पार्लियामेंट में वक्तृता देने के लिये खड़े हुए और बोल न सके और उसके कारण पार्लियामेंट में उनकी हसी हुई, तो उस समय जो कुछ उन्होंने कहा था उससे उनकी वास्तविक अन्तरंग शक्ति का प्रकाश होता है । उनके शब्द ये थे कि “ एक दिन ऐसा आयगा कि जब तुम मेरी वक्तृता को ध्यान से सुनना अपने लिए अभिमान का कारण समझोगे ”)।

एक नवयुवक के विषय में ज्ञात है कि वह लगातार विपत्तियों पर विपत्तियां सहता था और उसे प्रत्येक कार्य में असफलता होती थी । उसके मित्र उसे कह कह कर चिढ़ाते थे कि अब तुम उद्योग करना छोड़ दो, तुम्हें सफलता नहीं हो सकती । इसके उत्तर में नवयुवक कहता था कि वह समय दूर नहीं है किन्तु बहुत ही निकट है, कि जब तुम मेरी सफलता और सौभाग्य पर आश्चर्य करोगे । वास्तव में उसने सिद्ध कर दिया कि उसके भीतर वह गुप्त और अजेय शक्ति विद्यमान है कि जिसके कारण उसने अगणित कठिनाईयों पर निरन्तर प्राप्त की और उसे अपने जीवन में पूर्ण सफलता हुई ।

स्वास्थ्य, सफलता और शक्ति प्राप्त करने का गुप्त रहस्य ।

यदि तुम में यह शक्ति नहीं है, तो तुम अभ्यास से इसको प्राप्त कर सकते हो। जब से शक्ति का प्रारंभ होता है तभी से बुद्धिमानों का प्रारंभ होता है। तुम्हें चाहिये कि पहले तुम उन छोटी-छोटी बातों को अपने घश में करो कि जिनके तुम स्वयं अभी तक अपनी इच्छा से वृत्त में हो रहे हो। खिलखिला कर मुँह फाड़ कर हसना, व्यर्थ की बात करना, दूसरों की हँसी उड़ाना और केवल हस्य के लिये हँसी ठट्ठा करना, इन सब बातों को छोड़ना चाहिये। इन से समय को नष्ट करने के सिवाय और कोई लाभ नहीं है। इसी लिये सेंटपाल ने एशिया माइनर में एजीनिज के लोगों को मूर्खता की बातें न करने और हँसी ठट्ठा न करने का उपदेश दिया था। उन्होंने कहा था कि ऐसा करने से संपूर्ण आत्मिक बल और जीवन नष्ट हो जाता है। जितना तुम अपनी मानसिक शक्तियों को इस प्रकार नष्ट होने से बचाओगे, उतना ही तुम्हें इस बात का ज्ञान होगा कि वास्तविक शक्ति क्या है। फिर तुम अपनी उन इच्छाओं और वासनाओं पर विजय प्राप्त कर लोगे कि जिन्होंने तुम्हारी आत्मा को अपना दास बना रखा है और जो तुम्हारी उन्नति में बाधक हैं। तत्पश्चात् तुम स्पष्ट रूप से उन्नति कर सकोगे।

सब से बंध कर यह बात है कि अपना एक उद्देश्य बताओ जो उत्तम और उपयोगी हो और उसकी पूर्ति करने में तन मन से लग जाओ। चाहे, कैसी ही विपत्ति आए और कैसी ही कठनाई उपस्थित हो, परन्तु अपने निश्चित उद्देश्य से पीछे मत हटो। याद रखो, जिस मनुष्य का कोई निश्चित उद्देश्य नहीं होता, उस किसी काम में भी सफलता नहीं हो सकती।

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

सीखने के लिये तो हर समय तैयार रहो, परन्तु माँगने के लिये कभी हाथ मत बढ़ाओ। अपने काम को अच्छी तरह समझ लो और स्वयं काम करो। जितना तुम अपनी अन्तरात्मा के अनुसार काम करोगे और विवेक शक्ति से काम लोगे उतनी ही तुम्हें सफलता प्राप्त होगी और तुम उन्नति करते करते उच्च स्थान पर पहुँच जाओगे और तुम्हारे उदार विचारों के द्वारा जीवन का वास्तविक सौंदर्य और उद्देश्य तुम पर धीरे धीरे प्रगट हो जायेगा। अपने आप को विशुद्ध और पवित्र रखने से तुम्हारा स्वास्थ्य अच्छा रहेगा, सम्यक् श्रद्धान और दृढ़ विश्वास रखने से तुम्हें सफलता प्राप्त होगी और अपने मन को अपने वश में करने से तुम में बल और शक्ति आ जायेगी और जो कुछ भी तुम काम करोगे उसमें तुम्हारी जय होगी। यदि तुम अपनी इन्द्रियों के दास नहीं बनोगे, तो तुम ईश्वरीय नियम के अनुसार काम करोगे और इस दशा में जो कुछ भी तुम स्वास्थ्य या सफलता का लाभ करोगे वह स्थाई होगा, उसका कभी विनाश नहीं होगा और तुम्हारा बल और प्रभाव दिन दिन बढ़ता जायगा।

अतएव स्वास्थ्य का मूल साधन यह है कि अपने मन को अपने वश में करो और अपने हृदय को विशुद्ध बनाओ। सफलता के लिये दृढ़ विश्वास, सम्यक् श्रद्धान और निश्चित उद्देश्य रखो और शक्ति की प्राप्ति के लिये इस बात की आवश्यकता है कि दृढ़ सङ्कल्प करके इच्छा और तबसना का काला मुँह कर दो।



६—सच्चे सुख का साधन ।



सार में जितनी लोगों को सुख की इच्छा है उतनी ही सुख की कमी है। कितने ही लोगों को धन की इच्छा है और उनका विश्वास है कि धन की प्राप्ति से सुख की प्राप्ति होगी। कितने ही धनवान् ऐसे हैं कि जिन्हें यद्यपि सर्व प्रकार के सुख साधन प्राप्त हैं, तथापि वे इस कारण से दुःखी हैं

कि उनके पास कोई काम करने को नहीं है। वे रात दिन पलंग पर पड़े रहते हैं और इसी बात की चिंता में रहते हैं कि हाय ! हमारे पास कोई काम करने को नहीं है। इन् अपेक्षा वे बहुत सं निर्धन मनुष्यों से भी गए वीते हैं। यदि हम इस प्रकार के प्रश्नों पर विचार करें तो इससे हमको इस महत्वपूर्ण सिद्धान्त का ज्ञान हो जाएगा कि सुख वाद्य वस्तुओं की प्राप्ति में नहीं है और न दुःख उनके अभाव में है, कारण कि यदि ऐसा होता तो हम निर्धन मनुष्यों को सदा दुःख में देखने और धनवानों को सुख में, परन्तु ऐसा नहीं है। कभी कभी तो सर्वथा इसके विपरीत देखने में आता है। कितने ही अभाग्य मनुष्य मंने ऐसे देखे हैं कि जिनके पास यद्यपि धन सम्पदा की बाहुल्यता है तथापि दुःखी हैं और कितने

सुख-की-प्राप्ति-का-मार्ग ।

ही भाग्यवान् मनुष्य ऐसे भी देखने में आए हैं कि जो यद्यपि अपना खर्च भी मुश्किल से चलाते हैं तथापि सदैव सुखी और प्रसन्न रहते हैं। कितने ही लोगों का जित्वाँने धन-संचय किया है यह कथन है कि धन को हमने केवल अपने ही लाभ के लिये व्यय किया और उससे अपने को ही लाभ पहुँचाया, इस कारण हमारे जीवन का आनन्द जगता रहा और अब हम इतने प्रसन्न नहीं हैं जितने कि हम निर्धनता की अवस्था में होते।

अतएव अब प्रश्न यह है कि सुख क्या वस्तु है और वह किस प्रकार प्राप्त हो सकता है। क्या वह कोई दार्शनिक और काल्पनिक वस्तु है और दुःख स्थायी और वास्तविक है।

इस प्रश्न पर पूर्ण रूप से विचार करने से ज्ञात होता है कि जिन लोगों ने ज्ञान मार्ग को ग्रहण कर लिया है, उनके अतिरिक्त जन साधारणों का यह विश्वास है कि सुख इच्छाओं की पूर्ति में है। यह विश्वास प्रायः अज्ञानता के कारण उत्पन्न होता है और स्वार्थपरता के विचारों से निरन्तर बढ़ता रहता है। यही विश्वास संसार के दुखों का मूल है। इच्छा से यहाँ पर मेरा तात्पर्य केवल विषय-वासना से नहीं है, किन्तु इसका सम्बन्ध उच्च आध्यात्मिक साम्राज्य से भी है कि जहाँ पर अधिक प्रबल सूक्ष्म और गुप्त रूप से भीतर ही भीतर नष्ट करने वाली और हानि पहुँचाने वाली इच्छाएँ, स्वभय और शिक्षित पुरुषों को अपना दास बना लेती हैं और उनको आत्मा की उस सुन्दरता और पवित्रता से वंचित कर देती हैं कि जिसका प्रकाश हर्ष और आनन्द का कारण है।

बहुत से मनुष्य इस बात को स्वीकार करेंगे कि ससार में जितने भी दुःख हैं, उन सबका कारण स्वार्थ है, परन्तु उन्हें यह आत्मघाती भ्रम हो रहा है कि यह स्वार्थ उनका नहीं है किंतु दूसरों का है। जब तुम इस बात को स्वीकार करने लगोगे कि तुम्हारे दुःख का कारण तुम्हारा ही स्वार्थ है, तब तक स्वर्ग के द्वार से बहुत दूर नहीं रहोगे, परन्तु जब तक तुम्हें यह विश्वास है कि दूसरों के स्वार्थ के कारण तुम्हें दुःख उठाना पड़ रहा है, तब तक तुम अपने ही बनाए हुए नरकागार में पड़े रहोगे।

सच्चे सुख की अवस्था वह अवस्था है कि जिसे आनन्द और शांति कहते हैं और जिसमें किसी प्रकार की इच्छा नहीं होती। इच्छाओं की पूर्ति से जो सन्तोष वा सुख होता है वह क्षणिक और काल्पनिक होता है और उससे इच्छा की पूर्ति की और अधिक चाह होती है। समुद्र के समान इच्छा की कोई थोह या सीमा नहीं होती। जितनी हम उसकी पूर्ति करते जाते हैं उतनी ही वह अधिक बढ़ती जाती है। इच्छा अपने सेवकों से सदा सेवा चाहती रहती है। उसकी कभी तृप्ति नहीं होती। यहाँ तक कि शारीरिक व्याधियाँ और मानसिक वेदनाएँ उनको आ ब्रवाती हैं। और वे दुःख और विपत्ति की पवित्र करने वाली अग्नि में जा पड़ते हैं। इच्छा एक नरकागार है जिसमें सर्व प्रकार के दुःख और कष्ट आकर जमा हो गये हैं इच्छाओं के त्याग करने से ही स्वर्ग की प्राप्ति होती है और वहाँ के यात्रियों को सर्व प्रकार के सुख उपलब्ध हैं।

स्वर्ग और नरक अंतरंग अवस्थाएँ हैं। यदि तुम स्वार्थ-साधन में लगोगे और इन्द्रियों के दास बन रहोगे, तो तुम

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

नरक में गिरोगे, परन्तु यदि तुम स्वार्थ को त्याग कर ज्ञान को उस अवस्था को प्राप्त करोगे कि जिसमें मन और इन्द्रिय को बिलकुल वश में कर लिया जाता है और कषाय और वासना सर्वथा मन्द हो जाती है तो तुम स्वर्ग में प्रवेश करोगे। स्वार्थ में मनुष्य अन्धा हो जाता है। उसमें विचार और विवेक बिलकुल नहीं रहता। उसे वस्तु का यथार्थ ज्ञान भी नहीं होता। इसी लिये वह सदैव दुःख और आपत्ति में ग्रसित रहता है। सम्यक्दर्शन, ज्ञान और निष्पन्न भाव इन सब बातों का सम्बन्ध ईश्वरीय अवस्था से है। जितना तुम इस ईश्वरीय ज्ञान को समझ सकोगे उतना ही तुम्हें इस बात का बोध हो जाएगा कि यथार्थ में सुख किसका नाम है। जब तक तुम स्वार्थ के वशीभूत हुए अपनी ही इच्छाओं की पूर्ति करने में लगे रहोगे ता तक तुम सुख से वंचित रहोगे और अपने लिये दुःख और विपत्ति के बीज बोते रहोगे। परन्तु जितना तुम दूसरों की सेवा करने और उनको लाभ पहुचाने के उद्योग, में लगोगे उतना ही तुम्हें सुख मिलेगा और तुम हर्ष और आनन्द के फल प्राप्त करोगे।

यदि तुम स्वार्थ के वश में रहोगे तो दुःख उठाओगे। परन्तु यदि स्वार्थ को त्याग दोगे, तो शान्ति प्राप्त करोगे। स्वार्थ से प्रत्येक वस्तु की इच्छा करने से केवल हर्ष और आनन्द का ही नाश नहीं होता, किन्तु हर्ष और आनन्द के साधन भी नष्ट हो जाते हैं। देखो पेड़ और लालची आदमी शुरु में किस प्रकार अपनी मरी हुई भूख को तेज़ करने के लिये नई नई मजेदार चीजों की तलाश में रहता है, परन्तु पीछे से कैसा बोझ और वीमार हो जाता

है कि उसे कोई चीज भी अच्छी नहीं लगती। विपरीत जिस आदमी ने अपनी भूख को अपने वश कर लिया है और जो मजेदार चीजोंकी तलाश में तो क्या रहता उनका विचार तक भी नहीं करता है, वह सादा भोजन करके खुश होता है जो लोग स्वार्थ दृष्टि से देख कर यह विचार करते हैं कि सर्वोत्तम सुख इच्छाओं की पूर्ति में है। जब उन्हें उस सुख की प्राप्ति हो जाती है तो मालूम होता है वह सुख नहीं किन्तु सुखाभास है और दुःख का पञ्जर है। वास्तव में यह कथन सत्य है कि जो मनुष्य स्वाथ साधन में लिप्त है उसका जीवन नष्ट हो जायगा, किन्तु जो मनुष्य दूसरों को सेवा करने में तन्मय हो जाना है और अपने आप को विलकुल भुला देता है, यथाथे में उसे ही जीवन का आनन्द प्राप्त होता है। स्थायी सुख तुम्हें उस समय प्राप्त होगा कि जब तुम स्वार्थान्ध होकर किसी वस्तु की इच्छा करनी छोड़ दोगे और निःस्वार्थ भाव को अपने मन में स्थान दोगे। जब तुम इस क्षणिक और विनाशक वस्तु को सर्वथा भूल जाओगे कि तुम्हें इतनी प्यारी है और जो एक दिन तुम से अवश्य छिन जाएगी, चाहे तुम उसे प्यार करो या न करो, तब तुम्हें ज्ञात हागा कि जिस चीज के छोड़ने में तुम्हें हानि मालूम हाती है उसका छोड़ना तुम्हारे लिये बड़ा लाभदायक हुआ। लाभ की इच्छा से किसी वस्तु का त्याग करना, इससे बढ़ कर कोई धोका नहीं है और न इससे बढ़ कर कोई दुख या विरक्ति का कारण है, परन्तु किसी वस्तु का त्याग करना और स्वयं दुःख और कष्ट उठाना इसका नाम वास्तव में जीवन का मार्ग है।

जो चीजें स्वयमेव नष्ट हो जाने वाली हैं क्या यह संभव है

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

कि उनमें मन लगा कर तुम वास्तविक सुख प्राप्त कर सकते हो कदापि नहीं । वास्तविक सुख तुम्हीं प्राप्त हो सकता है कि जब तुम उन वस्तुओं में अपना मन लगाओ कि जो नित्य और स्थाई है और कभी नष्ट नहीं होगी । अतएव तुम्हें चाहिये कि क्षणिक और विनाशिक वस्तुओं से अपने मन को हटो लो और उनकी कभी भूल कर भी इच्छा न करो । उस समय तुम्हें ब्रह्मज्ञान ही जायगा । जितना तुम स्वार्थ को छोड़ते जाओगे उतना ही तुम में प्रेम, पवित्रता, निःस्वार्थता, जीवमात्र के प्रति मैत्री भाव पैदा होता जायेगा और इसी प्रकार उन्नति करते करते तुम ब्रह्मज्ञान में लीन हो जाओगे । उस समय जो तुम्हें सुख होगा वह नित्य और स्थाई होगा जो कभी नष्ट नहीं होगा ।

जिस मनुष्य के हृदय ने दूसरों के साथ प्रेम करने में और उन्हें लाभ पहुँचाने में अपने आप को बिलकुल भुला दिया है उसे केवल ऊर्ध्व कोटि का सुख ही नहीं मिला किन्तु उसने नित्य और स्थिर जगत् में प्रवेश कर लिया है कारण कि उसे ब्रह्मज्ञान और ईश्वरानुभव हो गया है । अपने जीवन पर एक दृष्टि डालो । तुम्हें ज्ञात हो जायगा कि तुम्हारे लिये सब से अधिक सुख के वे समय थे कि जिनमें तुमने किसी के लिये दया के शब्द अपने मुख से निकाले हों, अथवा परोपकार के कार्य किये हों अथवा दूसरों के हितार्थ अपने स्वार्थ की आहुति दी हो ।

आत्मिक दृष्टि से सुख और समता पर्यायवाची शब्द हैं । समता ईश्वरीय नियम का एक रूप है जिसका आत्मिक प्रकाश प्रेम है । स्वार्थ घृणित और निन्दित है । स्वार्थी मनुष्य ईश्वरीय

नियम के प्रतिकूल चलता है। जितना हम स्वार्थ का त्याग करते हैं और सार्वभ्रम का अनुभव करते हैं, उतना ही हम ईश्वरीय गुणों का अनुकरण करते हैं। इसी का नाम सच्चा सुख है।

संसार में सर्वत्र स्त्री पुरुष सुख की जोड़ में अधाधुन्द मारे मारे फिरते हैं, परन्तु उन्हें कहीं भी सुख की प्राप्ति नहीं होती वास्तव में उस समय तक सुख की प्राप्ति होना नितांत असम्भव है कि जब तक वे इस बात का अनुभव न करेंगे कि सुख उनके भीतर और उनके चहुँ और विद्यमान है। संसार में कोई भी ऐसे स्थान नहीं हैं कि जहाँ सुख न हो। बात केवल इतनी ही है कि लोग स्वार्थ के वशीभूत होकर उसको ढूँढते हैं, इसीलिये वह उन्हें नहीं मिल सकता और वे उससे वञ्चित रहते हैं।

देखिये, एक कवि ने सच्चे सुख का रहस्य निम्न लिखित शब्दों में कैसी सुंदरता से वर्णन किया है :—

“ मैं सुख को प्राप्त करने के लिये बलूत के ऊँचे ऊँचे पेटों और लहलहाती हुई इश्क पेचा के पास से निकलता हुआ उसके पीछे पीछे दौड़ा परन्तु मैं उसे पकड़ न सका। वह तेजी से निकल गया। मैंने पहाड़ों और घाटियों पर होकर खेतों और वागीचों में से निकल कर हरे भरे मैदानों में उसका पीछा किया। जोरों से बहती हुई नदी को शीघ्रता से पार करके मैं पहाड़ों के ऊँचे ऊँचे शिखरों पर चढ़ गया। मैं सर्वत्र जल थल घूमा, परन्तु सुख मेरे हाथ नहीं आया। वह सदा मुझसे दूर रहा। जब मैं चलता चलता थक गया और वेसुध हो गया तब मैंने लाचार होकर उसका पीछा करना छोड़ दिया और नदीके एक

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

सूखे किनारे पर ज़रा दम लने के लिये बैठ गया। इतने में एक मनुष्य मेरे पास आया और उसने मुझसे कुछ खाने को मांगा उसे आये हुए देर नहीं हुई थी कि एक दूसरा मनुष्य आन पहुँचा और उसने कुछ भीख मांगी। मैंने भूखे को गीटी और मंगते को कुछ पैसं दिये। इन दोनों मनुष्यों के जाते ही दो मनुष्य और आ पहुँचे। एक प्रेम और सहानुभूति का इच्छुक था और दूसरा आराम का। मैंने दोनों का हृदय संस्वागत किया और दोनों की आवश्यकताओं की यथाशक्ति पूर्ति की। इतने में ही क्या देखता हूँ कि सच्चा और उच्च कोटि का सुख ईश्वरीय रूप में स्वयमेव मेरे सामने आकर खड़ा हो गया और धीरे से कहने लगा कि मैं तेरा दास और किकर हूँ।”

उक्त शब्दों से पता लगता है कि सच्चा सुख क्या वस्तु है और वह किस प्रकार प्राप्त होता है। और क्षणिक और काल्पनिक सुख की आहुति दे दो, फिर तुम नित्य और स्थाई सुख को प्राप्त कर लोगे। उस परिमित और संकुचित स्वार्थ को त्याग दो जो सम्पूर्ण वस्तुओं को अपने ही लाभ के लिये चाहता है। फिर तुम स्वर्गलोक में देवताओं के पास जा विराजोगे और तुम्हारे अग अग में सार्वभौम का गुण वियसित हो जायगा। दूसरों का दुःख दूर करने में और उन्हें लाभ पहुँचाने में अपने आप को बिल्कुल भुला दो, फिर तुम्हें सम्पूर्ण दुखों से छुटकारा मिल जायगा। एक विद्वान का कथन है कि मैंने तीन पग में स्वर्ग लोक में प्रवेश किया। पहला पग सद्बिचार था, दूसरा सुवचन और तीसरा सच्चरित्र। इसी मार्ग का अनुकरण करके तुम भी स्वर्ग में प्रवेश कर सकते हो। यह स्वर्ग कहीं और

नहीं है। यहाँ पर मौजूद है परन्तु उन्हीं लोगों को मिलता है जो निःस्वार्थ होकर काम करते हैं और वही लोग उसको जान सकते हैं जिनके मन शुद्ध हैं।

यदि तुमने इस अपरिमित सुख को प्राप्त नहीं किया है तो तुम उसे इस प्रकार प्राप्त कर सकने हो कि सदा अपने सामने निःस्वार्थ प्रेम का उच्च आदर्श रखो और उसको प्राप्त करने की आकांक्षा करते रहो। इस प्रकार की आकांक्षा उच्च आकांक्षा है। इसमें आत्मा ईश्वर की ओर आकर्षित होती है जहाँ उसको नित्य और स्थाई सुख की प्राप्ति होती है। इस प्रकार की उच्च आकांक्षा से वासना की नाशक शक्तियाँ ईश्वरीय स्थाई शक्ति में परिवर्तित हो जाती हैं। उच्च आकांक्षा करना मानों इच्छा और वासना के गोरखधंधों से निकल जाना है।

जितना तुम स्वार्थपरता को छोड़ोगे और जितना तुम एक एक करके लोभ की जंजीरों को तोड़ोगे उतना ही तुम्हें त्याग के आनन्द का अनुभव होगा। उसी समय तुम्हें स्वार्थपरता और कृपणता के दुःखों का पता लगेगा। त्याग करने से यह तात्पर्य है कि कि दूसरों की तन मन धन से सेवा करना, उनसे प्रेम और सहानुभूति रखना और उन्हें अपने ज्ञान से लाभ पहुँचाना। जब तुम इस बात को अच्छी तरह से समझ जाओगे तब तुम्हें पता होगा कि देने की अपेक्षा देना अधिक श्रेष्ठ है। परन्तु स्मरण रहे, देना मन से होना चाहिये। उसमें स्वार्थ की तनिक भी गंध न हो और न बदले की इच्छा हो। जो लोग पवित्र और निःस्वार्थ प्रेम से कोई वस्तु किसी को देते हैं, उनको सदैव सुख की प्राप्ति होती है।

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

यदि देने के बाद तुम्हारे मन में यह विचार हुआ कि लेने वाले ने तुम्हें धन्यवाद नहीं दिया और न तुम्हारी प्रशंसा की अथवा तुम्हारा नाम समाचार पत्रों में दातारों की सूची में नहीं छपा तो जान लो कि तुमने केवल नाम की इच्छा से लोगों को दिखलाने के लिये और प्रतिष्ठा प्राप्त करने के लिये दिया था, पवित्र और निःस्वार्थ प्रेम के कारण नहीं दिया था। तुमने केवल इस इच्छा से दिया था कि उसके बदले में तुम्हें कुछ मिले और इसका नाम देना नहीं किंतु लेना है। यह दान नहीं है किन्तु व्यापार है। दान निःस्वार्थ होकर देना चाहिये। उसके बदले में कुछ मिले इसका विचार भी मन में न लाना चाहिये।

दूसरों की भलाई में अपने आप को सर्वथा भुला दो। तुम्हारे कामों में स्वार्थ की गंध भी नहीं होनी चाहिये यही सच्चे सुख का रहस्य है। इसी से अपरिमित सुख की प्राप्ति होती है। स्वार्थ से सदैव बचते रहो और इन्द्रिय निग्रह के पाठ को दृढ़ता के साथ सीखते रहो। इससे तुम उस अपरिमित सुख और असीम आनन्द को प्राप्त कर सकते हो, कि जिसका कभी नाश नहीं होगा।



७—सुख का अनुभव और उसकी प्राप्ति ।



च्चे सुख का वही हृदय अनुभव कर सका है कि जो प्रेम, पवित्रता, सत्य और उदारता से परिपूर्ण हो । जिसका हृदय इनसे शुन्य है उसे सुख का अनुभव नहीं हो सकता, कारण कि सुख का संबन्ध मन और हृदय से है । लालची आदमी चाहे क्रोड़पति हो जाए, कितु सदा नीच, पतित और घृणित रहेगा और जब तक दुनिया में उससे अधिक धन वान् मनुष्य रहेंगे वह उन्हे देख कर अपने को निर्धन ही समझेगा; परन्तु इसके विपरीत सच्चा ईमानदर और दयालु मनुष्य चाहे उसके पास धन संपदा कुछ भी नहीं हो, तो भी वह सदा सुखी रहेगा । यदि मनुष्य को संतोष नहीं है तो वह निर्धन है परन्तु जिसे संतोष है, वह धनवान् है, और जो मनुष्य उदार है अर्थात् जो कुछ उसके पास है उसे दूसरों के लिये व्यय करता है वह और भी अधिक धनवान् है ।

जब हम इस बात पर विचार करते हैं कि दुनिया में कैसी कैसी उत्तम वस्तुएं भरी हुई हैं और मनुष्य लोभ के वशीभूत होकर केवल कुछ रुपयों अथवा कुछ एकड़ ज़मीन को लेने की इच्छा करता है, तब हमें इस बात का भली भाँति ज्ञान हो जाता

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

है कि स्वार्थ मूर्खता और अज्ञानता का रुचक है । उसी सम्यहमें इस बात का भी ज्ञान हो जाता है कि स्वार्थपरता हमारे नाश का कारण है ।

देखो, प्रकृति कैसी उदारता के साथ सब कुछ दे डालती है और फिर भी सब कुछ उसके पास रहता है, उसमें कुछ भी कमी नहीं आती । इसके विपरीत मनुष्य जो इतना लालची है कि प्रत्येक वस्तु को लेने की इच्छा करता है, अन्न में सब कुछ खो बैठता है ।

अतएव यदि तुम श्रेय अर्थात् सच्चे सुख को प्राप्त करना चाहते हो तो इस विश्वास को अपने मन से निकाल डालो कि हमें भलाई के बदले बुराई मिलेगी । मुझे सच्चाई के सिद्धान्त पर अटल विश्वास है और मैं उस सिद्धान्त के सामने और किसी सिद्धांत को मानने के लिये तैयार नहीं हूँ । मुझे विश्वास है कि भलाई का परिणाम भलाई है और बुराई का परिणाम बुराई । यह कदापि नहीं हो सकता कि भलाई का परिणाम बुराई हो । ऐसा समझना अज्ञान और अज्ञानता है ।

प्रत्येक अवस्था में वह काम करो जिसे तुम ठीक समझते हो । ईश्वर पर और उसकी शक्ति पर जो सम्पूर्ण संसार में विद्यमान है, विश्वास करो । वह शक्ति सदैव तुम्हारे साथ रहेगी, तुम्हारी रक्षा करेगी और तुम्हें छोड़ कर कहीं नहीं जायेगी । ऐसा सम्यक् श्रद्धान करने से तुम्हारे दुःख और कष्ट सुख के रूप में परिवर्तित हो जायेंगे और जिन बातों का तुम्हें भय है वे सब तुम्हारे लिये शांति और कल्याण का कारण हो जायेंगी ।

प्रेम, पवित्रता, सत्य और उदारता को कभी न त्यागो कारण कि ये ही गुण भ्रम और साहस के साथ मिलकर तुम्हें कल्याण के मार्ग पर ले जाएंगे। जिन लोगों का यह सिद्धांत है कि 'आप सुखी जग सुखी' अर्थात् पहले अपना भला सोचो, पीछे दूसरों का, वे भूल पर हैं। तुम उनकी बातों में न आओ। इसका अर्थ है कि दूसरों की कोई चिंता न करो और केवल अपने ही सुख-साधन की चिंता में लगे रहो। जो लोग ऐसा करते हैं, उन के लिये एक दिन ऐसा आएगा कि जब सब लोग उन्हें छोड़ देंगे और वे अकेले पड़े हुए दुःख में चिह्लाएंगे तो कोई भी उनकी नहीं सुनेगा और न कोई उन्हें मदद देगा। दूसरों का कोई विचार न करके केवल अपनी ही चिंता करना मानो प्रत्येक उत्तम और श्रेष्ठ सुख को रोकना और पक्षपात से काम लेना है। अपनी आत्मा को बढ़ाओ और अपने हृदय को दूसरों के प्रति प्रेम और सहानुभूति प्रदर्शित करने के लिये उदार बनाओ। इससे तुम्हें असीम आनन्द देगा और उच्च और स्थाई सुख की प्राप्ति होगी।

जिन लोगों ने नेकी और सच्चाई का रास्ता छोड़ दिया है, उन्हें दूसरों के सामने अपनी रक्षा करने की जरूरत है, परन्तु जो लोग सदा नेकी पर चलते हैं उन्हें इस प्रकार की रक्षा की कोई जरूरत नहीं है। यह केवल कहने की ही बात नहीं है। आजकल भी ऐसे आदमी मौजूद हैं कि जिन्होंने सत्य और विश्वास के बल पर कभी किसी प्रकार के विरोध की चिंता नहीं की और विरोध के होने पर भी जो अपने मार्ग से कभी विचलित नहीं हुए और उन्नति के शिखर पर पहुँच गए। इसके विपरीत जिन्होंने उनका विरोध किया, उनको हानि पहुंचानी

सुख की प्राप्ति का मार्ग ।

चाही वे स्वयमेव पराजित होकर पीछे हट गए और श्रवणत दशा में पड़ गये ।

जिन अन्तरंग गुणों को नेकी और भलाई कहते है उनके होने से मनुष्य बुराई की सम्पूर्ण शक्तियों से सुरक्षित रहता है और परीक्षा के समय और भी अधिक दृढ़ हो जाता है । उन गुणों को अपने में उत्पन्न करना मानो श्रेष्ठय सुख और सफलता को प्राप्त करना है ।



